ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

Твой рецепт нужен всем!

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

АВГУСТ 2009

Издательский дом «Бурда»

Лучшие рецепты наших читателей

всего 10 руб.

ПОДПИШИСЬ НА ЖУРНАЛ!
"ПРЕССА РОССИИ" И "РОСПЕЧАТЬ" – 18127,
"ПОЧТА РОССИИ" – 60300



с. 9

РУЛЕТИКИ ИЗ БАКЛАЖАНОВ
от Александры Розенко из Саратова



с. 8

КУРИНОЕ ФИЛЕ С СЕКРЕТОМ
от Альфии Мингуловой из Альметьевска



с. 58

ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ И КЛЮКВОЙ
от Надежды Мызгаевой из Башкортостана



ISSN 1818-6327

Коронное блюдо москвичей Крысиных

ХЛЕБ МЯСНОЙ С ПЕРЦАМИ

с. 10–11

ЧИТАЙ В ЭТОМ НОМЕРЕ:

Темы с обложки выделены цветом

Призы и конкурсы

Следующий номер журнала выйдет 27 августа. Как всегда, он будет составлен из писем наших читателей-кулинаров. Присылай и ты рецепт и фото по адресу: 127521, Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". В письме расскажи немного о себе и обязательно укажи свои паспортные данные, адрес с индексом, телефон, дату рождения и конкурсную рубрику. Авторов всех опубликованных рецептов ждет денежный приз — 500 рублей. Когда ты получишь его почтовым переводом, пожалуйста, напиши об этом в редакцию или сообщи нам по электронной почте:gotovte@burda.ru

ПРОВЕРЕНО ЛГ РЕДАКЦИЯ — **Печать означает, что блюдо приготовлено редакцией по рецепту читателя.**



Сотрудник редакции опытный шеф-повар Ирина Жукова

Теплый август

В августе хлопот у хозяек прибавляется. В садах и на огородах поспевает урожай. В лесу много грибов и ягод, а на рынках полным-полно овощей и фруктов. Самое время подумать о запасах на зиму. Поэтому тема номера в августе — заготовки. Мы опубликовали лучшие присланные вами рецепты. Мне понравился рецепт аджики свежей от Татьяны Дзюбы. Болгарский перец с яблоками и грецкими орехами. Очень необычно, рекомендую. Если соберете много грибов, замаринуйте их по рецепту от Оксаны Кирионенко. По этому способу можно заготовить не только маслята, но и другие грибы. Также в номере много рецептов блюд из свежих овощей и выпечки с фруктами и ягодами. Выбирайте на свой вкус, ведь на дворе лето!



Дары природы

Если хочется чего-то легкого, сочного и по-летнему праздничного, то этот рецепт для вас. Салат имеет очень нежный вкус и идеально сочетается с любыми мясными блюдами.

Диана Колач, г. Ставрополь

Салат "Луговые опята"

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 баночка маленьких маринованных опят (500 г)
- 250 г ветчины
- 200 г российского сыра
- 4 крепких помидора
- укроп; майонез; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Помидоры хорошо вымыть, обсушить, затем нарезать кубиками.

2. Помидоры посолить и хорошо перемешать. Когда появится сок, слить его.

3. Ветчину нарезать тонкой соломкой, сыр натереть на крупной терке, веточки укропа вымыть.

4. Салат выкладывать на блюдо слоями, блюдо и слоя промазать майонезом по вкусу: ветчина — грибы (немного оставить для украшения) — помидоры — сыр.

5. Готовый салат украсить грибами и веточками укропа. Салат готов, можно подавать на стол.

Ирина Жукова советует

- **Маринованные грибы можно заменить свежими. Их нужно мелко нарезать и обжарить до готовности.**
- **Рекомендую заправить салат смесью майонеза и сметаны, взятых в равных пропорциях.**
- **Вместо ветчины можно использовать обжаренное куриное филе.**

КОНКУРС!



Какие блюда чаще всего ты готовишь в октябре? Пришли нам рецепты вместе с фото. Посмотри и заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 500 руб.



Елизавета Шмыкова, г. Челябинск. **Этот салат я придумала сама, и моя семья его полюбила.**

Салат "Свежесть"

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 куриная грудка; 1 огурец; 3 яйца; сыр пармезан; 1 болгарский перец; 1 луковица; листья салата; майонез по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

3. Куриную грудку отварить до готовности, охладить и нарезать соломкой.

4. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и нарезать соломкой. Огурец также нарезать соломкой. Луковицу очистить, мелко нарезать и ошпарить, чтобы отбить горечь. Сыр пармезан натереть на мелкой терке. Болгарский перец вымыть, очистить от плодоножки и семян, затем нарезать кольцами.

5. Салат выкладывать на блюдо слоями, промазывая их майонезом: курица — лук, затем огурец — яйца.

6. Сверху посыпать салат тертым сыром.

7. Готовый салат украсить кольцами перца и листьями салата. Дать пропитаться в течение 1 ч.

Голубцы "Проще простого"

Тамара Макшанкина, г. Самара



ПОНАДОБИТСЯ

- 0,5 кг фарша; 1 стакан риса; 0,5 кг капусты; 2 луковицы; 1 морковь; томатная паста; соль; специи; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Фарш обжарить, добавить нарезанные лук и морковь, тушить 5 мин. Капусту нашинковать и выложить в кастрюлю, сверху положить фарш с овощами, на него выложить рис.

2. Залить водой, тушить 15 мин. Положить соль, специи, томатную пасту. Закрыть крышкой, тушить до готовности на слабом огне. Посыпать зеленью.

Салат "Секрет"

Янина Новикова, г. Уфа. **Хочу познакомить вас с рецептом очень вкусного и сытного салата. На фото я и моя дочь Дарья.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 200 г любого мяса; 200 г маринованных грибов; 1 банка зеленого горошка; 2 картофелины; 1 огурец; 2 яйца; 5 стеблей зеленого лука; 0,5 банки красной фасоли; майонез по вкусу, зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо, картофель отварить до готовности, затем охладить.

2. Мясо нарезать небольшими кубиками, картофель очистить и также нарезать кубиками.

3. Яйца сварить вкрутую, охладить и очистить. Яйца, грибы и вымытый зеленый лук мелко нарезать.

4. Мясо, картофель, яйца, грибы, лук соединить и хорошо перемешать.

5. В массу добавить фасоль, горошек, заправить майонезом по вкусу, перемешать и украсить салат зеленью.

Салат "Министерский"

Надежда Толстых, г. Бийск. **Хочется сказать большое спасибо за ваш журнал.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 100 г брусники; 1 стакан грецких орехов; 1 большая морковь; 3 яйца; 1 луковица; 1 ч. л. сахара; молотый черный перец; майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь, яйца отварить. Морковь натереть на крупной терке, яйца натереть на мелкой терке. Лук мелко нарезать и ошпарить. Грецкие орехи порубить.

2. Салат выкладывать слоями: брусника — грецкие орехи — морковь (поперчить и посыпать сахаром). Последний слой — яйцо. Салат украсить брусникой.

Совет от Надежды

● **Салат станет особенно вкусным, если приготовить бруснику заранее: ягоды засыпать сахаром и оставить на 2 недели, чтобы брусника пропиталась сиропом.**



Марина Федорова, г. Ессентуки

Кексики из Мексики

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 160 г муки; 3 яйца; 6 ст. л. молока; 50 мл раст. масла; 0,5 ч. л. соли; 2 ч. л. разрыхлителя

● **Для начинки:** 1 помидор; по половинке болгарского и острого перца; 150 г сыра фета; 50 г российского сыра; 100 г кукурузы; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Помидор, сладкий перец, сыр фета нарезать кубиками. Российский сыр натереть на средней терке. Острый перчик и зелень мелко порубить.

2. Замесить тесто. Яйца взбить, положить остальные ингредиенты и перемешать. В жидкое тесто добавить начинку и хорошо перемешать.

3. Тесто перелить в смазанные маслом формы. Выпекать в нагретой до 200 °С духовке 30 мин. Дать кексам постоять 10–15 мин, затем вынуть из формы.

Шашлык "Пальчики оближешь"

Анна Артамонова, г. Химки



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг куриных грудок; 300 г бекона; соль, майонез, специи по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриные грудки нарезать порционными, одинаковыми кусочками.

2. Каждый кусочек посолить, поперчить по вкусу, залить майонезом, хорошо перемешать и оставить мариноваться на 1–2 ч.

3. Бекон нарезать тонкими пластинами. Каждую куриную грудку завернуть в бекон. С двух сторон заколоть шпажками (получатся рулетики).

4. Куриные рулетики выложить на решетку и жарить на углях, периодически переворачивая, до готовности.

Летние щи



Только летом можно приготовить самые вкусные щи! Понадобится: 1 куриная грудка; 5 картофелин; 0,5 кочана капусты; 1 луковица; 1 морковь; 2 помидора; 2 болгарских перца; укроп; соль. Грудку отварить и нарезать кусочками среднего размера. Перец нарезать соломкой, помидоры без кожицы — кубиками. Лук нарезать кубиками, морковь натереть на крупной терке, слегка обжарить на растительном масле, затем добавить помидоры и перец и потушить все 5 минут. Очищенный картофель нарезать крупными кубиками, капусту нашинковать соломкой. Вскипятить бульон, при необходимости долив в него воды, добавить нарезанный картофель и после повторного закипания — капусту. Через 2–3 минуты добавить тушеные овощи, мясо, соль. Варить около 10 минут. За пару минут до готовности всыпать нарезанный укроп.

Елена Рощина, г. Саратов



Юлия Кравченко, г. Абакан

Закуска "Павлиний хвост"

ПОНАДОБИТСЯ

● баклажаны, твердый сыр, чеснок, майонез по вкусу; растительное масло для жарки; мука для панировки; огурец, помидор, маслины без косточек для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Баклажаны нарезать овальными дольками, посолить, выложить в форме целого баклажана, положить под пресс на 20 мин. Дольки тщательно промыть под струей холодной воды, затем каждую дольку запанировать в муке и обжарить на растительном масле до готовности.

2. Сыр натереть на мелкой терке, чеснок очистить, измельчить.

3. Чеснок, сыр, майонез соединить и все хорошо перемешать.

4. Горячие дольки промазать сырной смесью. Выложить на блюдо в виде хвоста павлина, украсить кружочками огурца, помидора и половинками маслин. Готово, можно подавать на стол.

Грибы с картофелем

Надежда Зарипова, г. Владимир. **Люблю готовить блюда в духовке. На фотографии мой сынок Роланчик.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 5 картофелин; 600 г опят; 1 помидор; 1 луковица; 250 г сметаны; 100 г майонеза; 1 кубик грибного бульона; 150 г сыра; раст. масло; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сделать соус. Бульонный кубик развести в небольшом количестве горячей воды, добавить майонез, сметану и все тщательно перемешать.

2. Картофель вымыть, очистить. Картофель и помидор нарезать кружочками, грибы, лук нарезать.

3. В смазанную растительным маслом форму выложить слоями: половину картофеля и грибов — посолить, затем лук и помидор. Залить половиной соуса. Выложить оставшиеся картофель и грибы, залить соусом, посыпать сыром. Запекать 50 мин в предварительно нагретой до 200 °С духовке.



Альфия Мингулова, г. Альметьевск. **Я очень люблю готовить, решила поучаствовать в вашем конкурсе.**

Куриное филе с секретом

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг куриного филе

Для начинки:

- 300 г чернослива без косточек; 100 г очищенных грецких орехов; 3 яйца; 3 зубчика чеснока; 2 ст. л. муки; панировочные сухари; растительное масло

Для украшения:

- свежая зелень; отварная цветная капуста; помидоры; киви

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриное филе вымыть, нарезать тонкими порционными ломтями. Чеснок очистить, мелко нарезать. Ломти филе хорошо отбить, поперчить, посолить с двух сторон, посыпать 1/3 частью измельченного чеснока.

2. Приготовить начинку. Чернослив залить горячей водой, затем обсушить на салфетке. Сварить вкрутую 2 яйца, охладить, очистить, мелко нарезать. Грецкие орехи порубить. Все компоненты соединить, добавить измельченный чеснок, перемешать.

3. На отбитые кусочки филе выложить начинку, свернуть рулетом.

4. Взбить яйцо в миске. Обвалять филе с начинкой в муке, обмакнуть во взбитое яйцо, затем обвалять в панировочных сухарях.

5. Выложить на разогретую сковороду с растительным маслом. Жарить в течение 10–15 мин на слабом огне, переворачивая.

6. Готовые рулеты выложить на блюдо, украсить зеленью, отварной цветной капустой, ломтиками киви и кружочками помидоров.

Ирина Жукова советует

- **Компоненты начинки лучше соединятся, если добавить кусочек сливочного масла и немного тертого сыра.**
- **Куриное филе нужно отбивать, накрыв полиэтиленовой пленкой.**
- **Начинку можно приготовить из зелени, сливочного масла и чеснока.**

Фото: В. Билунова (1); А. Соколов (1)



Александра Розенко, г. Саратов. **Очень вкусная холодная закуска и в будни, и в праздники.**

Рулетики из баклажанов

ПОНАДОБИТСЯ

- 4 баклажана
- 150 г сыра
- 125 г майонеза
- 2–3 зубчика чеснока
- зелень кинзы, укропа, петрушки по вкусу
- растительное масло
- соль по вкусу
- **Для украшения:** листья салата; 1 помидор; 2–3 тонких ломтика сыра; рубленый чеснок и зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Баклажаны вымыть, удалить плодоножки. Нарезать вдоль тонкими длинными пластинами толщиной 0,5–0,7 мм. Выложить ломтики в миску, пересыпая солью. Сверху положить груз на тарелке. Оставить на 15 мин.

2. Выделившийся горький сок слить. Баклажаны промыть, обсушить на салфетке. Обжарить с двух сторон на сковороде с растительным маслом. Дать остыть.

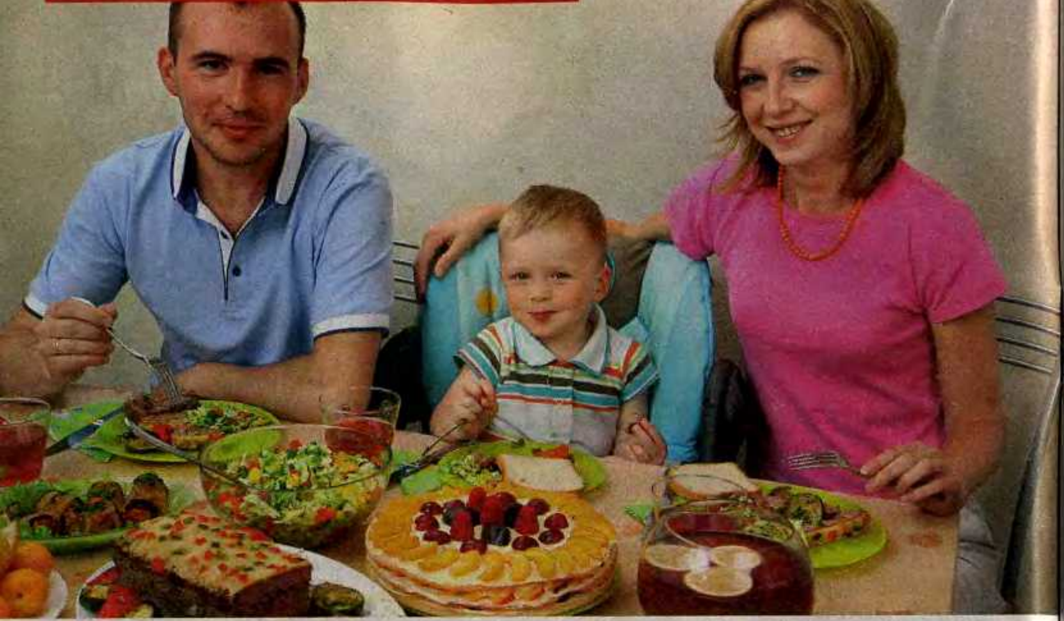
3. Приготовить начинку. Зелень вымыть, порубить. Сыр натереть на мелкой терке. Чеснок очистить, пропустить через пресс. Соединить зелень, сыр, чеснок с майонезом, перемешать.

4. Намазать приготовленную начинку на каждый ломтик баклажана. Свернуть рулетиком. Выложить рулетики на блюдо, выстланное листьями салата. Дать пропитаться 15 мин в холодильнике и подавать на стол.

5. Украсить блюдо розой из кожицы помидора, вырезанной острым ножом, и розой, сделанной из тонких ломтиков сыра, скрепленных между собой деревянными зубочистками.

Ирина Жукова советует

- **Для рулетиков можно приготовить начинку из свежей тертой моркови с чесноком и майонезом или из грецких орехов, смешанных с рубленым луком и соком граната.**
- **По этому рецепту можно приготовить рулетики из цукини.**



Секрет в наследство

В августе в дружной семье Крысиных большое событие — день рожденья сыночка Костика, ему исполняется два года. По этому случаю решили устроить званый обед, на который пригласили и нашу редакцию. И вот мы на юго-западе столицы, в одном из самых зеленых и уютных ее районов — бывшей олимпийской деревне. Деревья, посаженные почти тридцать лет назад к Московской олимпиаде, стали огромными, но все же до 15 этажа не достают.

А там нас ждали молодые родители Дмитрий и Анна и малыш Костя. Нам показали квартиру и пригласили в просторную кухню, где проходят все семейные торжества. Аня — постоянная читательница нашего журнала. Несмотря на молодость, ей всего 25 лет, она давно любит и умеет готовить, о чем красноречиво говорил накрытый ею стол. Многие дары щедрого лета были представлены на нем в разном виде. Салат из свежих овощей с капустой, мясной хлеб со сладким перцем, рулетики из баклажанов с морковной начинкой, корзинка из дыни с виноградом, бисквитный торт со свежими фруктами — все это поразило нас красотой и изысканностью оформления. И, как выяснилось позже, вкус всех блюд нисколько не уступал их красоте.

За обедом Аня рассказала нам, что готовить ее научила в детстве бабушка.

— Лучше борща, чем у моей бабушки, я нигде не ела, — утверждает Аня.— А знаете, в чем секрет? Зажарка из свеклы готовится без помидоров и уксуса, тушится отдельно и кладется в борщ в самом конце варки и не кипятится, а огонь сразу выключается. Так цвет свеклы сохраняется.



Все делаем вместе, и крем тоже



Лучший помощник для любой хозяйки — универсальный процессор от Vitek



Торт со свежими ягодами — это мечта

Много секретов приготовления подарила Ане бабушка. Видно и кулинарный талант достался ей по наследству. Очень вкусную еду готовит она для любимого мужа и сына. Благо и время есть, ведь она сейчас сидит дома с сыном. А по профессии Аня аудитор. Муж Дима работает менеджером и не очень хочет, чтобы Аня работала. Сам он готовить не умеет и гордится, что жена такая кулинарка. Любит торты, пироги, кексы, которые печет Аня, а также борщ и мясо. На обед Аня часто делает котлеты или мясные запеканки, на завтрак — каши с фруктами, сырники или омлеты с овощами. Все рецепты записывает и хранит в особом красивом альбоме, который подарил муж.

Мы записали многие рецепты, поблагодарили хозяев за теплый прием и на прощание вручили приз от наших спонсоров — процессор "Vitek".

В гостях побывали редактор Наталья Колесникова и фотограф Дмитрий Позднухов

Мясной хлеб со сладким перцем

ПОНАДОБИТСЯ

● 1,5 кг мясного фарша; 200 г белого хлеба; 0,5 стак. молока; 2 луковицы; 2 яйца; 1 зеленый сладкий перец; 1 красный сладкий перец; соль, паприка, сушеные приправы по вкусу; 150 г твердого сыра; 1 ст. л. панировочных сухарей



ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук очистить, мелко нарезать, хлеб замочить в молоке, отжать. Сыр натереть на терке. У перцев удалить семена, нарезать кубиками. Оставить 1 ст. л. для украшения.

2. Соединить фарш с луком, хлебом, яйцами, приправами, солью, перемешать.

3. Выстлать форму фольгой, посыпать сухарями. Выложить слой фарша и слой красного перца. Затем слой фарша и слой зеленого перца накрыть фаршем, посыпать сухарями. Запекать 1 ч в духовке, нагретой до 180 °С. Затем посыпать тертым сыром, кусочками перца, запекать еще 10 мин. Подавать с печеными овощами.

ПРИГЛАСИТЕ НАС К СЕБЕ!

Хочешь увидеть свою семью на нашей обложке? Пришли нам приглашение в письме вместе с рассказом о себе и своих близких, о ваших любимых блюдах. Не забудь заполнить купон на с. 66. Приглашение пошли по адресу: 127521, Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". Мы приедем с подарком!



Делаем запасы

Начался сезон заготовок. Надеюсь, что мой рецепт заинтересует хозяек, которые не любят стерилизовать консервы и хранят заготовки в городской квартире. Многие любят салаты с добавлением ананасов. Но не каждому это по карману. Попробуйте мой рецепт. Из этого количества получается 4 банки по 0,7 л и 1 банка 0,5 л.

Ирина Нежванова, г. Тверь

"Ананасы из кабачков"

ПОНАДОБИТСЯ

- 2–3 кабачка; 1 лимон
- **Для маринада на 0,5 л воды:** 1 стакан сахара; 20 г лимонной кислоты; ванилин на кончике ножа

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кабачки очистить от кожуры и семян. Мякоть кабачков нарезать одинаковыми кубиками. На дно стерилизованных банок положить по дольке лимона, доверху насыпать кабачки, залить на 10 мин крутым кипятком. Кабачки откинуть на дуршлаг.

2. На воде, которой были залиты кабачки, сварить сироп. В воду добавить сахар, лимонную кислоту, ванилин и довести до кипения.

3. Кабачки вновь выложить в стерилизованные банки. Залить кипящим сиропом, перевернуть. Накрыть и оставить до полного остывания.

Ирина советует

- **Для этой заготовки лучше брать кабачки поздних сортов с толстой белой кожурой. Ванилин можно заменить ванильным сахаром по вкусу.**

КОНКУРС!



В октябре тема номера — дары моря. Присылай свои любимые рецепты вместе с фото. Посмотри и обязательно заполни купон, который ты найдешь на с. 66. За публикацию ты получишь от нас 500 руб.



Оксана Кирионенко, г. Красногорск. **По этому рецепту можно мариновать и другие виды грибов.**

Маслята маринованные

ПОНАДОБИТСЯ

- 2,5 кг маслят; столовый уксус
- **Для маринада на 0,5 л воды:** 1 ст. л. крупной соли; 1,5 ст. л. сахара; 5 шт. черного перца горошком; 1 шт. гвоздики; 2 шт. душистого перца; 1 лавровый лист; щепотка сухих семян укропа; 2 зубчика чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. У маслят удалить кожицу со шляпки. Грибы вымыть, варить в кипящей подсоленной воде 10 мин. Воду слить, маслята залить другой порцией кипящей воды, варить 15–20 мин.

2. Приготовить маринад: в 0,5 л воды добавить соль, сахар, специи. Кипятить 5 мин. Грибы уложить в стерилизованные банки, залить маринадом. Сверху добавить по 1 ст. л. уксуса. Банки накрыть крышками до полного остывания, затем закрутить крышки.

Яблоки "Запах лета"

Ирина Челядинова, Московская обл. **Из этих яблок можно испечь пирожки, да и просто съесть.**



ПОНАДОБИТСЯ

- Яблоки
- Для сиропа на 1 кг яблок: 300 г сахара; 0,5 стакана воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яблоки очистить от семян и кожуры. Разрезать на 8 частей, каждую часть разрезать поперек и выложить в кастрюлю. Засыпать сахаром, добавить воду. Поставить на огонь, довести до кипения.

2. Варить 5 мин, разложить в стерилизованные банки, закатать, перевернуть и укрыть до остывания.

Аджика свежая

Татьяна Дзюба, г. Краснодар. **Хочу поделиться рецептом свежей аджики, которую можно использовать даже для приготовления блюд из мяса. На фото я с любимой дочерью.**



ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг болгарского перца; 300 г чеснока; 200 г горького перца; 2 кислых яблока; 1 стакан грецких орехов; 1 кг томатной пасты; 1 ст. л. соли; 1 стакан 6-процентного уксуса; по пучку разной зелени

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Перцы и чеснок очистить. Яблоки вымыть, удалить семенные коробки.

2. Перцы, чеснок, яблоки, зелень, грецкие орехи прокрутить через мясорубку. Все соединить и тщательно перемешать.

3. Добавить в смесь томатную пасту, соль, уксус, еще раз перемешать и оставить при комнатной температуре на 12 ч.

4. Аджику разложить по заранее вымытым баночкам, закрыть крышкой, хранить в холодильнике.

Капуста маринованная

Ольга Кружкова, г. С.-Петербург. **На фото мы с мужем.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 кг капусты; 2,5 ст. л. воды; 2 зубчика чеснока; 1 стакан сахара; 1 стакан растительного масла; 2,5 ст. л. соли; 0,5 стакана 9-процентного уксуса; 3 средние моркови

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Капусту вымыть, затем нашинковать.

2. Морковь вымыть, очистить, затем натереть на средней терке. Морковь и капусту соединить и хорошо перемешать.

3. Сделать маринад. Воду, соль, сахар, растительное масло соединить, довести до кипения, потом влить уксус.

4. Чеснок очистить. Целые зубчики чеснока положить в капусту с морковью и перемешать.

5. Банки доверху залить маринадом. Через сутки капуста будет готова. Хранить маринованную капусту нужно в холодильнике.



Елена Сохацкая, г. Уфа

Помидоры "Объедение"

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 кг помидоров; 2 луковицы; 2 головки чеснока; 2 ст. л. соли; 1 ст. л. уксуса; перец горошком; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. На дно 600-граммовых банок положить по 3 зубчика чеснока и несколько горошин перца. Помидоры разрезать на несколько частей и плотно уложить в банки, сверху положить полукольца лука. В 1,5 л кипятка добавить соль, уксус и залить в банки почти доверху, влить растительное масло (примерно 1 ст. л. на банку).

2. В широкую кастрюлю положить на дно кусок ткани, поставить банки и налить воды примерно до половины банки, поставить на огонь. На медленном огне кипятить 30 мин, затем банки достать и закатать. Хранить в прохладном месте.

Хрустящие грибочки

Татьяна Музыченко, г. Киев. **Мои грибочки получаются вкусные, хрустящие.**



ПОНАДОБИТСЯ

● грибы

● **Для маринада на 1 л воды:** 50 мл уксуса; 2 ст. л. сахара; 4 ч. л. соли; гвоздика, перец горошком, лавровый лист по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Грибы вымыть, нарезать, залить водой.

2. Когда закипят, слить воду, промыть, снова залить чистой водой и варить в течение 1,5 ч.

3. Пока грибы варятся, сделать маринад. Все соединить и довести до кипения. Готовые грибы промыть и выложить в кипящий маринад, варить 15 мин, разложить в стерилизованные банки, закрутить крышками и перевернуть вверх дном.

Огурчики



Этим рецептом с моей мамой поделилась попутчица в поезде, сказала, попробуйте и будете меня вспоминать, и это оказалось действительно так, мы теперь закрываем огурцы только по этому рецепту. В три простерилизованные 3-литровые банки на дно уложить: хрен, чеснок, укроп, сверху — огурчики до "плечиков" банки, на огурцы положить горькую перчинку. Залить кипятком на 20 мин, воду слить. Далее готовим маринад: на 4 литра воды: 6 ст. л. соли; 4 ст. л. сахара; 500 мл 9-процентного уксуса; перец горошком; лавровый лист. Когда вода со специями закипит, в кипящий рассол нужно влить уксус. Когда закипит рассол с уксусом, сразу же залить им огурцы и закатать. После закатки банки перевернуть до полного остывания. Через 12 ч можно убрать на зиму в прохладное место. Желаю всем приятного аппетита.

Юлия Бутикова, г. Хабаровск



Ольга Нежванова, г. Тверь. **На здоровье!**

Помидоры с ботвой

ПОНАДОБИТСЯ

● помидоры; 3–4 веточки морковной ботвы

● **Для маринада на 1,5 л воды:** 3 ст. л. соли; 3 ст. л. сахара; 3 ч. л. уксусной эссенции; 2 шт. гвоздики; 5 шт. душистого перца; 1 морковь; 5 зубчиков чеснока

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Помидоры вымыть, обсушить. Со стороны плодоножки проткнуть зубочисткой. На дно стерилизованной банки положить ботву, чеснок, колечки моркови, помидоры. Залить кипящей водой, накрыть крышкой, выдержать, чтобы можно было взять банку голыми руками.

2. Слить рассол в кастрюлю, положить соль, сахар, гвоздику, перец, добавить 0,5 стакана кипяченой воды, довести до кипения, выключить газ, влить эссенцию.

3. Залить маринад в банку с помидорами до горлышка, закрутить, перевернуть, оставить под шубой до полного остывания.

Перец жареный

Светлана Лыфарь, г. Брест. **Начался сезон закаток, и я хочу предложить свой проверенный рецепт.**



ПОНАДОБИТСЯ

● болгарский перец; растительное масло; чеснок

● **Для маринада на 1 л банку:** 50 мл столового уксуса; 1/4 стакана сахара; 1 ч. л. соли

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Перец хорошо вымыть, обсушить и обжарить на растительном масле с двух сторон. Чеснок очистить и мелко нарезать.

2. Обжаренный перец, пересыпав чесноком, выложить в предварительно простерилизованные банки. В каждую банку влить уксус, засыпать соль и сахар. Залить доверху кипятком. Банки закатать. Перевернуть и укутать до полного остывания.

Совет от Светланы

● **На каждый перчик нужно брать по одному зубчику нарезанного чеснока.**

● **Используйте перцы с тонкими стенками.**



Время приготовления: 2 ч
Количество порций: 6–8

Елизавета Шиканова, г. Нижний Новгород. **Эту заготовку можно подавать как гарнир или салат, заправив маслом.**

Баклажаны печеные на зиму

ПОНАДОБИТСЯ

● На 800-граммовую банку: 2 больших баклажана; 3–4 помидора; 5–6 сладких болгарских перцев разного цвета; рубленый чеснок и зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Выбрать для заготовки крепкие молодые баклажаны, хорошо вымыть под проточной водой, затем обсушить салфеткой.

2. Баклажаны выложить на сухой противень без масла, запекать в течение 15–20 мин в предварительно нагретой до 220 °С духовке. Следить, чтобы мякоть баклажанов не потемнела.

3. Испеченные баклажаны сразу же очистить от кожицы, удалить плодоножку.

4. Перцы вымыть, обсушить, выложить на противень или на решетку, запекать 15–20 мин в духовке, нагретой до 200 °С. Во время запекания один раз перевернуть перцы. Готовые перцы вынуть из духовки. Накрыть полиэтиленовой пленкой на 5 мин. Затем аккуратно удалить кожицу и плодоножку с семенами.

5. Помидоры вымыть, обсушить, разрезать на четвертинки. Выложить по одному помидору на дно подготовленной, стерилизованной банки, сверху положить один печеный баклажан.

6. Выложить на баклажан 2–3 печеных перца разного цвета; затем свежий помидор, снова 2–3 перца и накрыть все баклажаном. Слегка утрамбовать. Банка должна быть наполнена доверху.

7. Закатать банки крышками, стерилизовать в кипящей воде в течение 50 мин. Хранить в прохладном месте.

Ирина Жукова советует

● **Для лучшей сохранности можно добавить в каждую банку 1 ч. л. уксусной эссенции.**

● **По этому рецепту можно приготовить овощную икру, пропустив печеные овощи через мясорубку.**

Фото: А. Нерубаев



Время приготовления: 2 ч
Количество порций: 4–6



Фото: Д. Позднухов (6).

Так угощают на Кипре

Я всегда привожу из мест отдыха интересные рецепты, приправы и кулинарные книги. Осенью отдыхала на Кипре, там очень красиво, а местная кухня своеобразна. В ней соединились Восток и Запад. Там хорошо готовят мясо. Посылаю привезенный с Кипра рецепт, пусть ваш опытный повар покажет, как приготовить это блюдо.

Саша Попова, г. Москва

КОНКУРС!



Хочешь, чтобы Ирина Жукова показала, как правильно приготовить твое любимое блюдо? Тогда пришли его рецепт вместе со своим фото и купоном со с. 66. Приз за публикацию — 500 руб.



а



б

Тавас в горшочке

ПОНАДОБИТСЯ

- 800 г баранины
- 1,5 кг лука
- 800 г спелых помидоров
- 1 ч. л. корицы
- 1,5 ч. л. артисии (кипрская специя)
- 1,5–2 ч. л. соли
- 1 ч. л. черного молотого перца
- 0,5 стакана виноградного уксуса
- 1 стакан оливкового масла
- свежая зелень
- На гарнир: 800 г вареного риса; 1 стакан натурального йогурта

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо вымыть, очистить от пленок, нарезать кусочками (а). Обжарить на оливковом масле (б) и выложить в глиняную посуду.

2. Помидоры опустить в кипяток, снять кожицу (в). Нарезать кубиками, зелень вымыть и порубить.

3. Лук очистить, нарезать кольцами, обжарить на другой сковороде с оливковым маслом, снять с огня, добавить виноградный уксус, перемешать (г).

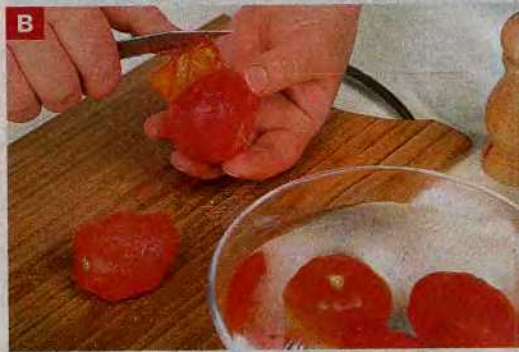
4. Жареный лук залить 1 стаканом горячей воды, добавить соль, специи, помидоры. Перемешать и добавить к мясу (д).

5. Накрыть крышкой, поставить в духовку, запекать 90 мин при 170 °С, помешивая.

6. Подавать в горячем виде с отварным рисом и йогуртом в качестве соуса.

Ирина Жукова советует

- **Вместо кипрской специи можно добавить в мясо любые сушеные приправы или хмели-сунели.**
- **Это блюдо можно приготовить из говядины или телятины.**



в



г



д



Недорого и вкусно

Давно хотела поделиться с вами рецептом своего любимого блюда. Оно простое в приготовлении и требует минимум затрат. Надеюсь, что всем понравится. Приятного аппетита.

Анастасия Вебер, г. Протвино

Котлетки "Золотые"

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г куриного филе; 200 г майонеза; 2 яйца; 2 ст. л. крахмала; 60 г твердого сыра; соль, перец по вкусу; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Куриное филе нарезать маленькими кубиками.

2. Твердый сыр натереть на мелкой терке. Яйца взбить венчиком.

3. Филе, сыр, яйца, крахмал соединить и хорошо перемешать.

4. Добавить соль, перец и еще раз перемешать. Готовую массу убрать в холодильник на 6–8 ч.

5. Растительное масло разогреть на сковороде.

6. Охлажденную массу выкладывать столовой ложкой на сковороду, формуя котлеты. Обжарить с двух сторон до золотистой корочки.

Ирина Жукова советует

● В котлетный фарш можно добавить 2 мелко нарезанных зубчика чеснока или мелко рубленную зелень укропа.

● Твердого сыра советую взять побольше — 100 г, и добавить в фарш немного размоченного в молоке белого хлеба. Вкус будет нежнее. Такие котлеты можно приготовить и из филе индейки.

КОНКУРС!



Вкусно — не значит дорого. Пришли нам рецепты блюд из недорогих продуктов! Не забудь о фото и заполненном купоне на с. 66. За публикацию получишь приз — 500 руб.



Ирина Емец, г. Москва. **Если хотите поострее, добавьте в тесто больше перчика!**

Сырное печенье

ПОНАДОБИТСЯ

- 100 г сливочного масла
- 175 г муки
- 40 г твердого сыра
- 1 ст. л. майонеза
- 1 яйцо
- соль; молотый красный перец

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Твердый сыр натереть на мелкой терке.

2. Размягченное сливочное масло растереть с мукой, добавить соль, перец, тертый сыр.

3. Яйцо взбить и добавить в массу, все тщательно перемешать.

4. Тесто скатать в шар, завернуть в пищевую пленку, убрать в холодильник на 25–30 мин.

5. Охлажденное тесто тонко раскатать, разрезать полосками (2х7см). Из полосок сделать бантики, дважды перекрутив полоски против своей оси.

6. Выпекать в течение 10 мин в предварительно нагретой до 150 °С духовке.

Салат "Венеция" с кукурузой

Наталья Агаева, г. Ульяновск. **На фото я с мужем Михаилом. Перемешивать салат нужно перед употреблением.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 3 моркови; 300 г полукопченой колбасы; 2 свежих огурца; 1 баночка кукурузы; 200 г твердого сыра; 200 г майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морковь и сыр натереть на средней терке. Колбасу и огурец нарезать соломкой. Кукурузу откинуть на дуршлаг, дать стечь жидкости.

2. В креманки положить колбасу, морковь, огурец, кукурузу, сверху полить майонезом и посыпать тертым сыром.

Тефтели "Нежные"

Луиза Канаева, г. Грозный. **С детства люблю тефтели, готовлю их часто и по-разному.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 400 г говядины; 2 луковицы; 1 яйцо; 150 г риса; 0,5 маленького кочана капусты; 2 моркови; 4 картофелины; соль, перец, зелень по вкусу, растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рис сварить до полуготовности в подсоленной воде, промыть холодной водой. Рис добавить в фарш и перемешать.

2. Капусту,1 морковь прокрутить через мясорубку и также добавить в фарш. Вбить яйцо, посолить, поперчить и перемешать. Из фарша сформовать шарики. Оставшиеся лук и морковь нарезать и вместе спассеровать. На зажарку выложить тефтели. Картофель разрезать на 4 части и выложить на тефтели.

3. Залить кипятком, довести до кипения, огонь убавить, посолить, поперчить, варить 35 мин. В конце добавить зелень.

Домашний хлеб

Юлия Банишевская, г. Ростов-на-Дону.
Спешу поделиться своей радостью. Вчера впервые испекла домашний хлеб, и у меня получилось!



ПОНАДОБИТСЯ

● 300 мл воды; 10 г свежих дрожжей или 0,5 ч. л. сухих дрожжей; 0,5 ч. л. сахара; 0,5 ч. л. соли; 0,5 кг муки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Воду, дрожжи соль, сахар соединить, хорошо перемешать и убрать на 2 ч в теплое место.

2. Муку просеять, добавить в дрожжевую смесь, вымешивать тесто 20 мин. Накрыть салфеткой и оставить на 1 ч.

3. Из теста сформовать колобок, выложить в форму (смазывать маслом не нужно). Оставить на 30 мин.

4. Выпекать домашний хлеб около 1 ч в предварительно нагретой до 180 °С духовке.

5. Вынуть из духовки, верх смочить водой. Хлеб готов!



Елена Дерягина, г. Ивантеевка

Пышные оладьи

● 1 стакан кефира; 1 яйцо; 2 ст. л. растопленного сливочного масла; 1 ч. л. ванильного сахара; 1 стакан муки; 2 ст. л. сахара; 1/4 ч. л. соли; 0,5 ч. л. соды; 1 ч. л. разрыхлителя; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кефир, сахар, яйцо, ванильный сахар перемешать. Муку, соль, соду, разрыхлитель соединить и просеять. Жидкую смесь влить в мучную, перемешать (не вымешивая), в тесте должны быть комочки. Оставить на 20 мин.

2. Расстоявшееся тесто выкладывать столовой ложкой на разогретую и слегка смазанную растительным маслом сковороду.

3. Обжарить оладьи с двух сторон до золотистой корочки. На стол оладьи хорошо подавать как со сметаной, так и с медом.

Закуска в лаваше

Виктория Кравченко, Челябинская обл.
Можно взять с собой на пикник.



ПОНАДОБИТСЯ

● 2 тонких лаваша; 0,5 кг фарша; 300 г картофеля; 2 луковицы; соль; перец; сливочное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Картофель нарезать кубиками (1 см), промыть в холодной воде. Лук мелко нарезать. Картофель, лук, фарш соединить, посолить, поперчить, влить 50 мл воды, перемешать. Лаваш разрезать на 6 частей, на каждый кусочек положить 2 ст. л. начинки и кусочек сливочного масла, завернуть конвертиком. Уложить на слегка смазанный маслом лист фольги. Фольгу завернуть, выложить на противень.

2. Запекать 50 мин в духовке при 220 °С.



Людмила Петрова, г. Калининград. **Я домохозяйка, каждый день придумываю и готовлю что-то вкусное и простое для мужа и двух сыночков.**

Запеканка из макарон и помидоров

ПОНАДОБИТСЯ

- 250 г коротких толстых макарон
- 200 г помидоров черри
- 1 луковица
- 6 яиц
- 100 г любого сыра твердых сортов
- 150 мл томатного соуса
- 50 мл сливок
- 1 пучок зеленого лука
- соль, перец по вкусу
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сварить макароны до готовности в кипящей подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, чтобы стекла вода.

2. Лук очистить, нарезать кубиками. Помидоры черри разрезать пополам. Зеленый лук вымыть, мелко нарезать. Сыр натереть на мелкой терке.

3. Яйца взбить миксером до однородности, добавить сливки, соль, перец по вкусу, снова взбить.

4. Круглую жаропрочную форму смазать растительным маслом. Выложить половину макарон ровным слоем, посыпать рубленым луком. Полить томатным соусом.

5. Затем сверху выложить макароны пучками, образуя рисунок в клеточку. На клеточки выложить половинки помидоров черри. Залить все взбитыми яйцами, посыпать тертым сыром.

6. Запекать макароны в течение 15–20 мин в духовке, нагретой до 200 °С.

7. Готовую запеканку вынуть из духовки и посыпать зеленым луком. Нарезать на порции и подавать.

Ирина Жукова советует

- **Запеканка будет сытнее, если между слоями макарон выложить слой мясного фарша.**
- **Посыпать запеканку можно также мелко нарезанным сладким болгарским перцем и зеленью пряных трав.**
- **Для заливки запеканки яйца можно взбить с молоком.**

Фото: В. Билунова (2)



Марина Габачева, г. Санкт-Петербург. **Попробовала приготовить блюдо из кальмаров. Всем понравилось.**

Рис с кальмарами и овощами

ПОНАДОБИТСЯ

- 500 г длиннозерного риса
- 700 г кальмаров
- 800 мл готового овощного бульона
- 1 луковица
- 3 зубчика чеснока
- 1 сладкий перец
- 3 ст. л. оливкового масла; соль по вкусу
- 1 большой помидор
- шафран; орегано; зира; острый красный перец
- 150 г помидоров черри

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кальмары положить в кипящую воду, варить 2 мин, очистить от пленки, нарезать кольцами. Посолить, поперчить, оставить для пропитки на 5 мин.

2. Лук и чеснок очистить, мелко нарезать. Сладкий перец очистить, удалить семена, нарезать соломкой. Большой помидор мелко нарезать.

3. Выложить лук и чеснок на разогретую сковороду с оливковым маслом, жарить 5–7 мин, добавить перец и помидор, тушить 5 мин, помешивая.

4. Рис промыть, выложить на сковороду к овощам, перемешать, жарить 5 мин, затем влить овощной бульон, добавить кальмары и все приправы, перемешать. Довести до кипения, убавить огонь, тушить 25 мин.

5. Выложить рис с кальмарами на блюдо, украсить нарезанными на половинки помидорами черри и рубленой зеленью.

Ирина Жукова советует

- **Чтобы кальмары не стали жесткими от долгого тушения, рекомендую сварить их или обжарить отдельно, а затем добавить в приготовленную рисово-овощную смесь.**
- **В соус для кальмаров хорошо добавить немного тертой моркови и нарезанный кабачок.**
- **Вместо риса можно на гарнир сварить фигурные макароны.**



Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 2–4

Елена Иванова, г. Тула. **Куриное филе само по себе суховато, а с этим соусом получается сочнее и вкуснее.**

Куриная грудка в луковом соусе

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 филе куриных грудок; 1 луковица; 500 г лука-порея; 1 ст. л. кунжута; 100 мл сливок; 1 ст. л. топленого масла; 3 ст. л. сливочного масла; 2 ч. л. меда; 1 ч. л. горчицы; 0,5 стакана сухого белого вина; соль, перец, мускатный орех по вкусу

● На гарнир: 450 г замороженной овощной смеси с рисом; свежая зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Аккуратно разрезать куриное филе пополам, но не до конца, развернуть в пласт, смазать горчицей, оставить на 10 мин. Весь лук очистить, вымыть.

2. Лук-порей и репчатый лук нарезать кольцами. Обжарить вместе на сковороде с 2 ст. л. сливочного масла.

3. Жареный лук посолить, поперчить, добавить мускатный орех, сливки, сухое вино, мед, 0,5 стак. теплой воды, перемешать, тушить на слабом огне 15 мин.

4. Подготовленное куриное филе хорошо отбить с двух сторон, посыпать кунжутом.

5. Обжарить куриное филе на горячей сковороде с топленым маслом до готовности.

6. Замороженную овощную смесь выложить на предварительно разогретую сковороду, добавить немного воды и кусочек сливочного масла. Тушить в течение 10–15 мин.

7. Выложить готовое филе на блюдо, добавить овощную смесь с рисом, полить все луковым соусом, украсить зеленью. Подавать в горячем виде.

Ирина Жукова советует

● **Куриное филе станет сочнее, если замариновать его в соевом соусе.**

● **По этому рецепту с луковым соусом можно приготовить и куриные окорочка.**

● **Для приготовления соуса лучше использовать сливки небольшой жирности.**

Фото: В. Билунова



Садитесь за стол!

Это одно из самых любимых блюд моей семьи и наших гостей.

Ольга Козлова, г. Самара

Баранина с овощами

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 баранья нога; 3 луковицы; 2 моркови; 1 ст. л. сливочного масла; 3 соленых огурца; 1 корень сельдерея; 1 сладкий перец; 1 ст. л. муки; 1 ст. л. растительного масла; 100 мл белого вина; 1 ч. л.черного молотого перца; соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Одну морковь и треть корня сельдерея очистить, измельчить и нашпиговать ими баранью ногу.

2. Лук очистить и нарезать небольшими кубиками, перец — крупными кубиками, корень сельдерея и морковь — брусочками. Все уложить в стеклянную посуду, посолить, поперчить и залить вином. Оставить мариноваться на 15 мин.

3. Баранину уложить в форму, посолить, поперчить по вкусу и вокруг обложить нарезанными овощами.

4. Форму обернуть целлофановой пленкой и оставить на 30 мин при комнатной температуре, каждые 10 мин переворачивая мясо для лучшей пропитки. Мясо вынуть (сок не выливать), уложить в рукав для запекания, поставить в духовку и запекать 1,5 ч при температуре 180–190 °С.

5. Для приготовления соуса муку спассеровать в сливочном масле, соединить с бульоном от мяса. Добавить предварительно нарезанные соломкой огурцы и прогреть на слабом огне в течение 3–5 мин.

6. В сковороде с разогретым растительным маслом обжарить маринованные овощи до золотистой корочки в течение 3–5 мин. Мясо подавать на стол с гарниром из жареных овощей.

КОНКУРС!



Знаешь, как устроить торжество и накрыть стол? Тогда присылай рецепты и фото нам в редакцию. Не забудь посмотреть и заполнить купон на с. 66. За публикацию получишь 500 руб.



Елена Дерягина, г. Ивантеевка. **Просто горю желанием поделиться рецептом.**

Скумбрия с сыром

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 свежемороженая скумбрия; 200 г сыра; 2 луковицы; соль, перец по вкусу; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу разморозить, сделать разрез сверху вдоль хребта от головы до хвоста (голову и хвост оставить). Хребет вынуть, внутренности тоже. Тушку рыбы промыть под водой.

2. Луковицы очистить и нарезать полукольцами, обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Сыр натереть на крупной терке. Лук переложить в сыр, хорошо перемешать.

3. Скумбрию внутри посолить, поперчить, уложить на фольгу и плотно начинить сыром с луком (начинки не жалеть).

4. Рыбу закрыть фольгой в форме "лодочки", чтобы сыр запекся (хвост оставить снаружи). Запекать в предварительно нагретой до 200 °С духовке в течение 20 мин.

Запеченный лещ



Юлия Банишевская, г. Ростов-на-Дону

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 леща с икрой; 6 зубчиков чеснока; соль; 100 г сыра; 200 г майонеза; 1 луковица; 50 г сыра; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу выпотрошить, посолить. В рот и жабры положить чеснок. Луковицу нарезать, сыр натереть. Икру обжарить и соединить с луком, сыром и майонезом. Немного сыра и майонеза оставить.Смесью начинить лещей. Запекать 5 мин в духовке при 200 °С.

2. Рыбу смазать сверху оставшейся майонезной смесью. Запекать еще 40 мин.

Заливное из кролика

Марина Дыгодюк, г. Москва. **Была в гостях у свекрови, и она поделилась со мной своим рецептом.**



ПОНАДОБИТСЯ

● Кролик (1 кг); 1 красная луковица; 2 зубчика чеснока; 1 морковь; 1 болгарский перец; 1 пучок тархуна; 50 мл белого вина; 1,5 пакетика желатина; 1 л мясного или куриного бульона; растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кролика разделать, нарезать и обжарить. Выложить в кастрюлю, залить бульоном и вином.

2. Лук, морковь, чеснок добавить в кастрюлю. Тушить 2 ч. Бульон перелить в посуду и добавить разведенный желатин.

3. Болгарский перец запекать в духовке 15 мин, затем положить в миску и накрыть крышкой, чтобы он пропарился, снять с него кожицу. Зелень измельчить. Дно формы застелить пленкой. Выкладывать слоями: перец — зелень — кролик. Слои повторить. Последним слоем положить перец. Залить бульоном, убрать в холодильник до полного застывания.



Свинина с капустой

Юлия Шаперина, г. Москва. **На фото я (справа) и моя любимая подруга Венерочка!**



ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г мякоти свинины; 1 маленький кочан капусты; 0,5 банки консервированных ананасов ломтиками; 150 г сыра; 4 ст. л. оливкового масла; 0,5 стакана горчичного соуса; молотый черный перец; соль; приправа для свинины; зелень

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свинину нарезать кубиками, посолить, поперчить, приправить, оставить на 5 мин, затем обжарить. Капусту нашинковать, пожарить на масле до готовности.

2. Духовку разогреть до 180 °C, в смазанную маслом форму уложить слоями капусту, мясо, ломтики ананаса и посыпать сыром. Запекать до образования румяной корочки.

3. Полить горчичным соусом, украсить зеленью и подать к столу.

Елена Кочетова, г. Волгоград

Салат "Французский"

ПОНАДОБИТСЯ

● листья салата; 6 помидоров; 4 огурца; 2 пучка редиса; 1 банка кукурузы; 3 вареных яйца; 1 банка шпрот; 1 лимон

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Листья салата хорошо вымыть, обсушить, затем порвать на кусочки и сбрызнуть соком лимона.

2. Огурцы, редис вымыть, затем нарезать кружочками, помидоры — полукольцами. Яйца нарезать соломкой, шпроты нарезать небольшими кусочками.

3. Продукты выкладывать на блюдо слоями: листья салата — помидоры — редис, затем огурец — шпроты. Слои повторить. Сверху на салат выложить кукурузу и яйца.

4. Полить салат шпротным маслом. Салат перемешать перед употреблением.

Салат "Любовница"

Елена Некрасова, Саратовская обл. **Этот салат первым уходит со стола.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 150 г твердого сыра; 2 моркови; 1 свекла; 70 г грецких орехов; 60 г изюма; 3 зубчика чеснока; майонез по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свеклу вымыть, отварить, очистить и натереть на крупной терке. Свежую морковь натереть на средней терке. Изюм залить кипятком, дать распариться. Орехи порубить ножом. Сыр натереть на средней терке. Чеснок очистить и измельчить.

2. Салат выкладывать на блюдо слоями, промазывая их майонезом по вкусу: свекла и орехи — сыр с чесноком, затем — морковь с изюмом. Дать салату пропитаться в течение 3 ч.

Курица в дыне



Надеюсь, что читатели оценят мой рецепт. Для этого блюда понадобится: 1 курица; 1 дыня такого размера, чтобы в ней поместилась курица и еще остался слой мякоти; 2 ст. л. десертного вина и соль по вкусу. Отвариваем курицу в небольшом количестве воды с вином. Варить следует 30 мин на слабом огне. Курицу вынимаем и снимаем кожу. Дыню нужно вымыть, насухо вытереть, срезать с более толстого конца верхушку, выбрать семена и мякоть. Кладем в дыню курицу и сверху закрываем крышечкой-верхушкой. Закрепляем ее зубочистками. Выкладываем в глубокую кастрюлю, наливаем 1,5 стакана воды и кипятим 1,5 часа. Крышку надо плотно закрыть и придавить прессом, чтобы не выходил пар. Через 1,5 часа разрезаем дыню, вынимаем курицу, делим на порционные куски. Мякоть дыни вынуть ложкой и подать на гарнир.

Ольга Молчанова, г. Новороссийск



Юлия Петрова, г. Самара

Салат "Мечта русалки"

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг кальмаров; 4 моркови; 2 луковицы; 2 яйца; молотый черный перец; соль; сливочное масло для жарки; сметана для заправки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кальмары вымыть, затем положить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 2 мин. Охладить и нарезать соломкой.

2. Морковь вымыть, очистить и натереть на средней терке, обжарить на сливочном масле. Луковицы очистить и нарезать полукольцами, обжарить на сливочном масле до золотистого цвета.

3. Кальмары, морковь и лук соединить и перемешать.

4. В полученную массу добавить 2 сырых яйца, посолить, поперчить. Вновь хорошо перемешать.

5. Салат тушить 5 мин в закрытой посуде, периодически помешивая.

6. В конце заправить сметаной. Уложить на блюдо, украсить по желанию.

Салат "Нежность"

Ольга Иванова, г. Уфа. **Куриное мясо для салатов следует класть в кастрюлю с уже горячей водой, курица будет нежнее.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 300 г куриного филе; 300 г сыра; 3 огурца; 3 яйца; 2 зубчика чеснока; 50 г консервированного зеленого горошка; молотый черный перец; соль; майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе отварить в подсоленной воде до готовности, нарезать соломкой и посыпать молотым черным перцем.

2. Яйца сварить вкрутую. Отделить белки от желтков. Белки нарезать соломкой, а желтки натереть.

3. Огурцы нарезать тонкими полосками. Сыр натереть на средней терке. Чеснок очистить и измельчить.

4. Салат выкладывать слоями, каждый слой посолить и промазать майонезом: огурцы — курица — белок — чеснок — сыр.

5. Сверху украсить салат тертыми желтками и зеленым горошком.



Время приготовления: 2 ч
Количество порций: 4–6

Ирина Савченко, г. Воронеж. **На праздничном столе без мяса не обойтись, и лучше приготовить его в духовке.**

Мясо, нашпигованное овощами, с соусом

ПОНАДОБИТСЯ

- 1 кг мякоти говядины; 2 моркови; 1 корень петрушки; 1 головка чеснока; 100 г сыра; соль; приправы для мяса; смесь перцев горошком; раст. масло; панировочные сухари
- **Для соуса:** 3 моркови; 1 луковица; 3 помидора; приправы; зелень петрушки; соль; перец; растительное масло; 1 ст. л. муки
- **Для украшения:** листья салата; кольца белого лука

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо вымыть, очистить от пленок. Морковь, чеснок и корень петрушки очистить, нарезать брусочками.

2. Сделать в мясе надрезы, нашпиговать чесноком, морковью, кусочками корня петрушки. Посолить, поперчить, посыпать приправами. Оставить на 20 мин.

3. Обжарить мясо на растительном масле со всех сторон. Выложить в форму, добавить немного воды, запекать 1 ч в нагретой до 180 °С духовке, поливая жидкостью.

4. Вынуть мясо, посыпать панировочными сухарями и тертым сыром, запекать еще 10 мин. Затем посыпать сыр цветными горошками перца.

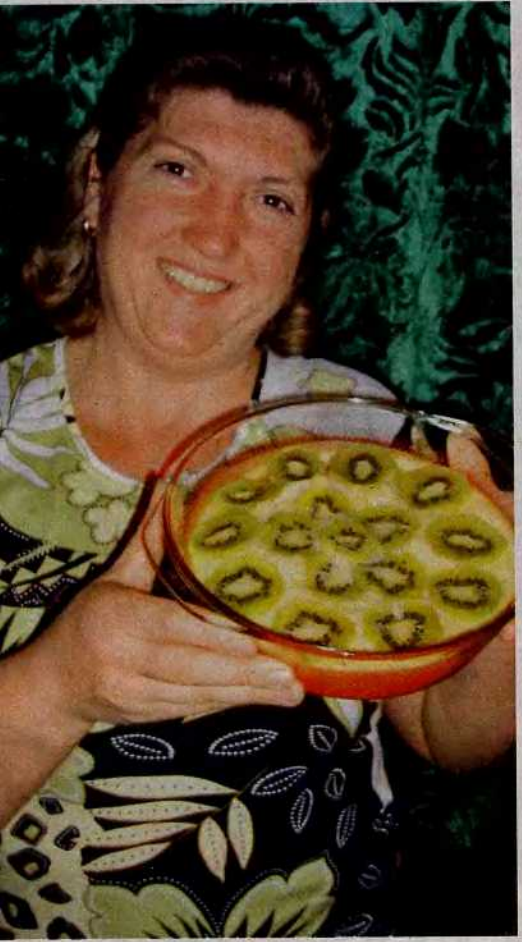
5. Приготовить соус. Лук очистить, нарезать, обжарить на сковороде с раст. маслом. Морковь нарезать. Выложить морковь, помидоры, жарить в течение 5 мин. Добавить 3/4 стакана воды, соль, перец, приправы, тушить 15 мин. В конце добавить муку, рубл. зелень, перемешать, довести до кипения и выключить.

6. Мясо нарезать ломтиками, выложить на блюдо с листьями салата. Полить соусом, украсить кольцами белого лука и подавать.

Ирина Жукова советует

- **Говядина будет мягче, если перед запеканием смазать ее горчицей и оставить на 20 мин.**
- **В соус вместо помидоров можно добавить томатную пасту по вкусу.**

Фото: В. Билунова



Раз, два и готово!

Для меня любая запеканка — блюдо, которое можно быстро приготовить. Предлагаю самую вкусную, самую сладкую запеканку.

Татьяна Гресева, Воронежская обл.

Запеканка "Экзотика"

ПОНАДОБИТСЯ
- 2 яйца
- 400 г жирного творога
- 1 ст. л. крахмала
- 1 ст. л. лимонного сока
- 3 ст. л. сахара
- 4 киви
- растительное масло для запекания
- сахарная пудра для посыпки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Отделить белки от желтков. Творог соединить с крахмалом, лимонным соком и хорошо перемешать.
2. Белки взбить в крепкую пену, постепенно добавляя сахар.
3. Белковую массу соединить с творожной и хорошо перемешать.
4. Киви вымыть, обсушить и нарезать ломтиками.
5. Форму для выпекания смазать растительным маслом, выложить в нее творожную массу. Сверху разложить ломтики киви.
6. Выпекать 15 мин на средней полке в нагретой до 250 °С духовке.
7. Готовую запеканку вынуть из духовки, охладить и посыпать сахарной пудрой.

Ирина Жукова советует
- **Творог рекомендую протереть через сито. В творог можно добавить изюм или курагу.**
- **Перед запеканием творожную массу можно смазать желтком.**

КОНКУРС!



Знаешь рецепты блюд, которые быстро готовить? Тогда присылай их нам вместе с фото. Не забудь посмотреть и заполнить купон со с. 66. За опубликованный рецепт получишь 500 руб.



Юлия Бурлакова, г. Кашира. Готовится быстро.

Салат "Морской"

ПОНАДОБИТСЯ
- 200 г соленой красной рыбы
- 1 огурец
- 200 г шампиньонов
- 3 вареных яйца
- вареные креветки
- майонез
- раст. масло для жарки
- лимон, листья салата, зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Шампиньоны вымыть, затем нарезать и обжарить до готовности. Рыбу и огурец нарезать соломкой, яйца натереть на крупной терке.
2. Грибы, рыбу, огурец, яйца соединить и хорошо перемешать.
3. Салат заправить майонезом и еще раз хорошо перемешать.
4. Готовый салат выложить на блюдо, выстланное предварительно вымытыми и обсушенными листьями салата. Украсить вареными креветками, дольками лимона и веточками зелени. Салат готов — подавайте на стол.

Бутерброды для папы

Анастасия Петухова, г. Набережные Челны



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 батон; 300 г вареной колбасы; 2 яйца; соль; перец; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Батон нарезать кусочками (3 см). Вареную колбасу нарезать кусочками (1 см).
2. Сбоку кусочков хлеба сделать глубокие надрезы (карманы) и вставить в них кусочки колбасы.
3. Яйца взбить, посолить и поперчить.
4. Бутерброды обмакнуть со всех сторон в яичную массу и обжарить.

Салат "Царская прихоть"

Марина Шестакова, г. Самара



ПОНАДОБИТСЯ
- 2 яйца; 1 ст. л. майонеза; 1 ст. л. сметаны; 0,5 ч. л. горчицы; 1 куриное филе; 200 г ветчины; пучок редиски; раст. масло
- **Для соуса:** 100 г майонеза; 100 г сметаны

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца, майонез, сметану, горчицу соединить и взбить венчиком. Из омлетной массы поджарить блинчики. Остудить и нарезать тонкой соломкой.
2. Куриное филе отварить до готовности, остудить и также нарезать тонкой соломкой. Ветчину нарезать соломкой.
3. Редиску вымыть и нарезать кубиками. Яичную соломку, курицу, ветчину, редиску соединить и хорошо перемешать.
4. **Сделать соус.** Майонез соединить со сметаной и хорошо перемешать.
5. Салат заправить смесью майонеза и сметаны и вновь хорошо перемешать. Выложить в салатник, украсить по желанию.



Рыба по-бурлацки

Александр Шамарин, г. Рыбинск. **Попробуйте обязательно рыбку по моему рецепту. На фото я слева.**



ПОНАДОБИТСЯ
- любая речная рыба (окунь, плотва, карась)
- соль, специи по вкусу
- 100 мл молока или воды
- растительное масло для жарки
- зеленый лук, петрушка для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу очистить, затем хорошо промыть. На сковороде раскалить растительное масло, выложить рыбу, посолить и жарить 10 мин.

2. Влить молоко или воду, приправить, если нужно, досолить и жарить еще 15 мин. Рыбу выложить на блюдо, украсить зеленым луком и петрушкой.

Ирина Жукова советует
- **Перед приготовлением рыбу можно посыпать нарезанным луком.**
- **Из специй подойдет белый молотый перец.**

Ольга Кислова, г. Раменское

Цитрусовый пирог

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 лимон; 3 яйца; 1 стакан сахара; 1 стакан муки; 150 г маргарина; 0,5 ч. л. соды; растительное масло для выпекания; сахарная пудра для посыпки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лимон обдать кипятком, перекрутить на мясорубке, предварительно вынув все косточки. Соду погасить в лимоне.

2. Яйца соединить с сахаром и взбить миксером добавить измельченный лимон, растопленный маргарин и муку.

3. Все тщательно перемешать, вылить тесто в смазанную маслом и присыпанную мукой форму.

4. Выпекать пирог 30 мин в духовке, предварительно нагретой до 200 °С. Готовый пирог остудить и посыпать сахарной пудрой.

Рыбка "Необыкновенная"

Татьяна Борисенко, г. Актау. **На фото муж Сергей. Подавать эту рыбку хорошо со свежими или жаренными на гриле овощами.**



ПОНАДОБИТСЯ
- филе морской рыбы
- 200 г консервированных шампиньонов
- 150 г сыра
- соль, перец по вкусу
- растительное масло; панировочные сухари

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Филе посолить, поперчить, запанировать в сухарях и обжарить с двух сторон.

2. Лук очистить и нарезать средними кольцами.

3. Выложить на филе кольца лука, консервированные шампиньоны, посыпать тертым сыром.

4. Накрыть сковороду крышкой и жарить 3 мин до расплавления сыра.

Валерия Гиммельфарб, г. Орск

Омлет в булочке с грибами

ПОНАДОБИТСЯ
- 3 булочки
- 1 яйцо
- 3 ст. л. молока
- 1 луковица
- 4 шампиньона
- 50 г вареной колбасы
- 1 ч. л. томатной пасты
- 2 ст. л. сметаны
- 1 ст. л. тертого сыра
- растительное масло для жарки
- соль, молотый черный перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Лук, грибы и колбасу нарезать маленькими кубиками. Соединить, добавить томатную пасту, перемешать и вместе обжарить на растительном масле до готовности. Яйцо взбить с молоком, посолить, поперчить по вкусу. У булочек срезать верх, вынуть мякиш. Смазать изнутри сметаной, положить начинку.

2. Залить начинку яичной смесью. Сыр натереть на мелкой терке и посыпать начинку. Запекать булочки в предварительно нагретой до 200 °С духовке 15 мин до золотистой корочки.





Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 4–6

Ирина Филатова, г. Оренбург. **Хочу предложить вам блюдо, которое подойдет и для обеда, и для ужина.**

Рыба, запеченная с картофелем

ПОНАДОБИТСЯ
- 400–500 г свежемороженой красной рыбы (горбуши, форели, семги)
- 8–10 картофелин средних размеров
- 200 г майонеза
- 2 ч. л. лимонного сока
- 1 ч. л. жидкого меда
- 1 луковица
- 2 моркови
- соль, специи по вкусу
- зеленый лук (для украшения)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбу разморозить, почистить, вымыть и удалить все кости. Полученное рыбное филе нарезать крупными кусочками.

2. Картофель, морковь и репчатый лук вымыть и очистить. Картофель нарезать кружками, лук — кольцами, морковь натереть на крупной терке.

3. Приготовить соус. В майонез добавить лимонный сок и мед. Все хорошо перемешать. Приправить специями по вкусу.

4. В приготовленный соус выложить кружки картофеля на 5–7 мин.

5. В форму для запекания выкладывать слоями подготовленные ингредиенты: кусочки рыбы, лук, морковь, картофель в соусе. Оставшийся соус вылить в форму по краям.

6. Форму поставить в духовку, нагретую до 200 °С, запекать в течение 30 мин. Запеканку аккуратно нарезать на порционные кусочки и разложить по тарелкам. Украсить зеленым луком, можно добавить маслины.

Ирина Жукова советует
- **По этому рецепту можно приготовить запеканку не только из филе красной, но и из белой рыбы.**
- **Вместо майонеза в соус лучше положить сметану или сливки.**
- **Рыбное филе рекомендую посыпать приправами и полить лимонным соусом, оно будет нежнее.**

Фото: В. Билунова (1); фото А. Соколов (1)



Время приготовления: 45 мин
Количество порций: 6–8

Галина Кузькина, г. Красноармейск. **Готовить это блюдо я научилась на отдыхе в Астрахани.**

Рататуй по-астрахански

ПОНАДОБИТСЯ
- 2 баклажана
- 2 цукини
- по 1 красному и желтому сладкому перцу
- 2 луковицы
- 500 г помидоров
- 3 зубчика чеснока
- зелень петрушки, укропа, базилика
- соль, перец, сушеные приправы по вкусу
- растительное масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Баклажаны и цукини вымыть. Удалить плодоножки, нарезать толстыми кружочками или полукружьями. Баклажаны посолить, оставить на 10 мин, отжать горький сок.

2. Перец очистить от семян, нарезать крупными кусочками. Чеснок и лук очистить, чеснок нарезать кружочками, лук — четвертинками.

3. Зелень и помидоры вымыть. Зелень мелко порубить, помидоры разрезать на четвертинки.

4. Сложить нарезанные баклажаны, цукини, перец и лук в миску, посолить, полить растительным маслом, перемешать. В другой миске сбрызнуть маслом помидоры, аккуратно перемешать.

5. В жаропрочную форму выложить овощную смесь, распределить по всей форме. Сверху выложить кусочки помидоров, посыпать чесноком, приправами. Запекать в нагретой до 200 °С духовке 20–30 мин.

6. Готовый рататуй выложить на тарелки, посыпать рубленой зеленью. Можно подавать со сметаной и отварным картофелем.

Ирина Жукова советует
- **По этому рецепту можно запекать в духовке все свежие овощи.**
- **Чтобы овощи были сочнее, можно залить их томатным соком или разведенной в воде томатной пастой по вкусу.**
- **Главное — не перепечь овощи, лучше вынуть их на 5 мин раньше.**



Время приготовления: 50 мин
Количество порций: 6–8

Наталья Белозерская, г. Астрахань. **Недавно узнала быстрый и вкусный рецепт приготовления крылышек.**

Куриные крылышки в соевом соусе

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 кг куриных крыльев; 1 луковица; 4 зубчика чеснока; 1 помидор; 0, 5 стручка острого перца; 3 ст. л. растительного масла; 0,5 лимона; 1 апельсин; 200 мл сухого белого вина; 2 ст. л. соевого соуса; 1 ч. л. молотой паприки; соль, черный молотый перец по вкусу

● На гарнир: 1 кг картофеля; зелень; раст. масло

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Приготовить маринад. Лук и чеснок очистить, измельчить миксером. У острого перца удалить семена, половину острого перца измельчить. У помидора снять кожицу, мелко нарезать. Из апельсина и половинки лимона выжать сок. Все соединить в миске, перемешать. Добавить вино, соевый соус, паприку, соль, перец, растительное масло, еще раз перемешать с помощью миксера.

2. Куриные крылышки вымыть, сложить в глубокую посуду, залить приготовленным маринадом. Оставить мариноваться минимум на 20 мин, а лучше на ночь.

3. Затем маринад слить. Крылышки выложить на смазанный растительным маслом противень, запекать в духовке в течение 25 мин в духовке, предварительно нагретой до 225°С.

4. Пока крылышки пекутся, сварить картофель в мундире, очистить, нарезать кружочками. Выложить картофель по краю блюда, полить растительным маслом, украсить зеленью. В центр блюда выложить запеченные крылышки и сразу же подавать.

Ирина Жукова советует

● **Из остатков маринада можно приготовить вкусный соус, достаточно довести его до кипения.**

● **По этому рецепту можно приготовить и куриные окорочка, и свинину, в духовке или на гриле, увеличив время запекания до 30–40 мин.**

Фото: В. Билунова (2)



Время приготовления: 1 ч
Количество порций: 4–6

Ольга Полюндра г. Краснодар. **Люблю готовить для мужа и маленькой дочки, и рецептов у меня немало.**

Мясо с айвой по-турецки

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г баранины или говядины
● 1 кг айвы
● 1 луковица
● 4 ст. л. растительного масла
● горсть изюма (без косточек)
● 1 ч. л. корицы
● 0,5 ч. л. сахара
● соль, перец по вкусу
● зелень для украшения

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо вымыть, нарезать кубиками среднего размера, лук очистить, нарезать полукольцами.

2. В кастрюле разогреть растительное масло, выложить мясо, обжарить до румяной корочки. Затем добавить к мясу нарезанный лук, жарить до золотистого цвета.

3. Влить в кастрюлю 0,5 стакана горячей воды, тушить до полуготовности мяса примерно 20 мин. Не солить!

4. Пока мясо тушится, приготовить айву. Плоды вымыть, удалить сердцевину и семена, нарезать средними кубиками. Изюм перебрать, вымыть.

5. Через 30 мин после начала тушения выложить в кастрюлю с мясом нарезанную айву, изюм. Добавить корицу, сахар, посолить, поперчить по вкусу, осторожно перемешать. Залить 1 стаканом горячей воды. Тушить 25–30 мин.

6. Готовое мясо вместе с кусочками айвы выложить на блюдо, украсить зеленью. Подавать с рисом или отварным картофелем.

Ирина Жукова советует

● **Блюдо будет вкуснее, если в мясо добавить больше свежей зелени: укропа, кинзы, петрушки и рубленого чеснока.**

● **По этому рецепту можно приготовить филе курицы или индейки.**

● **Чтобы мясо стало мягче, можно добавить 0,5 стак. красного вина.**

● **Если мясо старое, время тушения нужно немного увеличить.**



Величественная церковь Смоленской иконы Божией Матери, построенная в 1890-х гг., хорошо видна из разных частей города

Под крылом Орла



Орел — город всей моей жизни. Особенно красив он весной и летом, когда зацветают каштаны и бесчисленные аллеи наполняются будоражащими ароматами.

Елена Логвинова, г. Орел

Наш город был построен как крепость на южном рубеже Московского государства по велению царя Ивана Грозного, о чем написано в Никоновской летописи. Как гласит старинная легенда, когда в октябре 1566 г. начали рубить дуб у слияния двух рек Оки и Орлика, чтобы строить крепость, с дерева неожиданно взлетел орел. Так и назвали в его честь город. Сегодня, выйдя из здания железнодорожного вокзала, гости орловской земли попадают на Привокзальную площадь, где их встречает хозяин города — гордый орел с распростертыми крыльями. Десятиметровая птица сконструирована из металла и березовых веток местными мастерами. Городской вокзал, построенный в послевоенные годы, считается одним из самых красивых и удобных в России. Башенные часы на здании вокзала каждый час исполняют мелодию из Русской симфонии композитора В. Калинникова. Кстати, его именем названа улица и детская музыкальная школа. Еще одной визитной карточкой города является стрелка на месте слияния рек Оки и Орлика. Здесь стоит архитектурно-скульптурный комплекс, сооруженный к 20-летию Победы в честь освобождения Орла от фашистов.



На месте основания города, где сливаются две реки, установлен обелиск

Сорок сороков

В городе сохранилось немало старинных храмов. Поражают своим величием церковь Святой Живоначальной Троицы, церковь Иоанна Крестителя, Иверская церковь, Михаило-Архангельский собор, в котором крестили писателя Леонида Андреева, церковь Смоленской иконы Божией Матери. В Орле есть католическая церковь и два действующих монастыря: Свято-Успенский мужской и Свято-Введенский женский.



Самые красивые дома построены на берегу реки, как и это старинное здание орловского банка



Скульптура орла на Привокзальной площади — один из символов города

Колыбель русской классики

Основной достопримечательностью города является его литературное прошлое: Орел дал миру целую плеяду выдающихся литераторов. Замечательный писатель Н. С. Лесков, памятник которому украшает одну из площадей, не преувеличивал, когда говорил, что Орел "вспоил на своих мелких водах столько русских литераторов, сколько не поставил их на пользу родины никакой другой русский город..." Здесь провели свои детские и юношеские годы И. С. Тургенев, Н. С. Лесков, Л. Н. Андреев, жили И. А. Бунин, А. Н. Апухтин, М. А. Маркович (Марко Вовчок). У многих из них есть дома-музеи. Орловцами являются поэты А. А. Фет, Ф. И. Тютчев, критик Д. И. Писарев, писатели М. М. Пришвин, И. А. Новиков, композиторы В. Калинников и М. И. Глинка.

Сегодня Орел по праву считается культурным и научным центром, а по количеству вузов (их 19) и студентов занимает третье место в России после Москвы и Санкт-Петербурга. Как следствие — растущий интеллектуальный потенциал молодого поколения орловцев. Наш город стал и театральной столицей Центральной России. Здесь проходит авторитетный международный фестиваль "Русская классика".

Перефразируя слова известного писателя, хочется воскликнуть: "Любите ли вы Орел так, как люблю его я?" Для ответа на этот вопрос нужно хоть однажды посетить город с именем гордой и вольной птицы. Уверена: он навсегда останется в ваших сердцах!

Богаты и кулинарные традиции нашего края, они передаются из поколения в поколение. Угощать орловцы умеют! Пирожки, расстегаи, ватрушки, блинчики, вареники, соленья, маринады, супы и борщи — велика копилка местных рецептов.

Из копилки рецептов

Но на первом месте по популярности стоит наш орловский каравай. Вот его рецепт. Понадобится: 1 стакан пшена; 2 стакана молока; 2/3 стакана воды; 1 ст. л. сахара; 2–3 яйца; 1 ст. л. сливочного масла; горсть изюма; 1 стакан варенья; 1 ст. л. сметаны; панировочные сухари. Сначала надо сварить пшенную кашу на молоке с водой, охладить, добавить желтки, растертые с сахаром, изюм, перемешать. Положить взбитые белки, еще перемешать. Приготовленную массу выложить в форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями. Сверху смазать сметаной. Выпекать 30–40 мин в духовке, нагретой до 180 °С. Готовый каравай выложить на блюдо и полить вареньем.

Пишите нам!

Расскажи о своем крае. Не забудь прислать фото и купон на с. 66. За публикацию рассказа получишь приз от редакции — 800 руб.



Восток и запад

Я постоянная читательница вашего издания, вот и решилась поделиться с вами рецептом узбекского блюда, готовить которое меня научила моя свекровь. Это блюдо лучше готовить в казане.

Екатерина Димитраки, г. Анапа

Мясо по-узбекски

ПОНАДОБИТСЯ

● 500 г говядины или свинины; 8 картофелин; 4 луковицы: 3 моркови; 0,5 среднего кочана капусты; соль, восточные приправы по вкусу; зелень; 100 мл растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мясо нарезать кусочками. Луковицы очистить и нарезать средними полукольцами. Морковь хорошо вымыть, очистить и нарезать брусочками.

2. Казан раскалить до появления дыма. Выложить мясо и обжарить до румяной корочки. Добавить морковь, перемешать и залить водой так, чтобы продукты были полностью покрыты.

3. Посолить, добавить приправы и хорошо перемешать. Тушить примерно 30 мин. Картофель вымыть, очистить.

4. Каждую картофелину разрезать пополам и положить в казан. Капусту разрезать на 10 частей и также положить в казан.

5. Накрыть крышкой и варить до готовности. Посыпать рубленой зеленью и подать к столу.

Екатерина советует

● **Восточную приправу можно заменить смесью разных перцев. Подавайте блюдо к столу в горячем виде. Из зелени хорошо подойдет кинза.**

КОНКУРС!



Знаешь рецепты вкусных блюд немецкой кухни? Тогда присылай их нам вместе с фото. Обязательно заполни купон на с. 66. За публикацию ты получишь приз — 500 руб.



Марина Брунчукова, г. Ханты-Мансийск. **Хочу открыть свой сайт с рецептами.**

Рацушки с яблоками

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 стакана молока; 1 желток; 1 ч. л. сахара; 8 г дрожжей; 2 стакана муки; 3 яблока; сахарная пудра; растительное масло; соль

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Молоко соединить с сахаром, солью, желтком, перемешать и слегка подогреть.

2. В подогретое молоко всыпать дрожжи и вновь хорошо перемешать.

3. Яблоки нарезать кубиками и добавить в молочную смесь. В яблочно-молочную смесь постепенно подмешать ложкой муку, перемешать.

4. Подготовленную массу накрыть пищевой пленкой, поставить в теплое место и дать подойти в теч. 1,5 ч. Готовое тесто выкладывать столовой ложкой на сковороду с разогретым раст. маслом и обжаривать с двух сторон до золотистой корочки.

5. Готовые рацушки охладить и перед подачей обильно обсыпать со всех сторон сахарной пудрой.

Салат по-корейски

Надежда Казарина, г. Арзамас



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 банка консервированной фасоли в томатном соусе; 200 г корейской моркови; 1 пакетик сухариков со вкусом сыра и ветчины; 100 г копченой колбасы; 3 ст. л. майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Колбасу очистить и нарезать кубиками. Фасоль без жидкости, колбасу, корейскую морковь соединить и перемешать.

2. Заправить салат майонезом и вновь хорошо перемешать.

3. Перед подачей на стол добавить сухарики и вновь перемешать.

Курица по-австралийски

Ольга Безбородых, г. Алексеевка. **На фото я и племянник Дима.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 1 курица; 2 луковицы; 2 моркови; 300 г грибов; 1 банка зеленого горошка; 1 стак. сметаны; 1 бутылка пива; 2 зубчика чеснока; соль; зелень; приправы; растительное масло

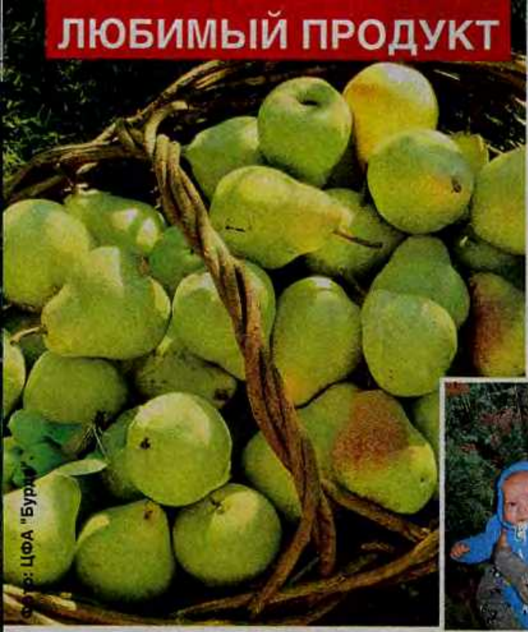
ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Курицу нарезать кусочками, посолить, приправить, оставить на 1 ч.

2. Луковицы нарезать полукольцами. Морковь натереть на крупной терке. Лук и морковь вместе немного обжарить. К овощам добавить нарезанные грибы, горошек, посолить и перемешать.

3. В форму выложить смесь овощей с грибами, сверху уложить курицу, залить пивом так, чтобы курица слегка находилась в жидкости.

4. Запекать в духовке: первые 15 мин на сильном огне, затем огонь убавить, можно прикрыть фольгой и тушить еще 15 мин, затем курицу залить сметаной, в которую нужно добавить измельченный чеснок и запекать еще 10 мин.



Царица груша

Грушевые деревья живут долго, поэтому в древнем Китае груша была символом долголетия. По-китайски слова "груша" и "разлука" звучат одинаково, поэтому влюбленные китайцы никогда не разрежут грушу пополам.



Надежда Казарина, г. Арзамас

На Руси тоже уважали грушу, ей приписывали чудодейственные свойства. "Груши варены приятны телу, силу наводят и нутро мягчат", — написано в одном из дошедших до наших дней лечебников. Грушу высаживали в княжеских и монастырских садах. Только представьте — в 15 веке, напротив Кремля, на месте теперешней Софийской набережной, были разбиты сады, где выращивались в том числе и груши. Несмотря на такое распространение этого фрукта, долгое время бытовало мнение, что груши нельзя есть свежими.

В грушах много минеральных веществ и витамина С. Груши усваиваются организмом лучше, чем яблоки.

Десерт из груш

ПОНАДОБИТСЯ

● 4 груши; 100 мл молока; 100 мл коньяка; 0,5 пачки печенья; 1 желток; 1 ст. л. слив. масла; 2 ст. л. сахара; 2 ст. л. рубл. орехов; 2 ч. л. крахмала; 4 ст. л. смород. желе

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Крахмал развести в 2 ст. л. молока. Остав. молоко, сахар, масло подогреть, добавить молоко с крахмалом, растертый желток, довести до кипения, остудить.

2. В половинки груш положить желе. Печенье, орехи залить коньяком, на массу положить груши, залить кремом, запекать 5 мин.

Груши с рисом

Юлия Карпова, г. Кашира



ПОНАДОБИТСЯ

● 200 г вар. риса; слив. масло; 2 груши; 100 г фруктового пюре; 2 яйца, 4 ст. л. сахара (взбить)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Половину риса с маслом выложить в форму, положить ломтики груш, затем пюре, рис. Залить взбит. яйцами.

2. Запекать 25 мин в духовке при 200 °С.

Пишите нам!

Любимый продукт октябрьского номера — тыква. Пришли в редакцию свой рассказ с рецептом и фотографиями. За публикацию рассказа на наших страницах получишь приз — 800 руб., рецепта — 500 руб. Не забудь посмотреть и заполнить купон на с. 66.



Вкусно, быстро и легко

Обязательно попробуйте мой необычный салатик. Он украсит любой праздничный стол. Салат красив, вкусен и прост в приготовлении.

Лариса Николаевна Горбунова, г. Волгоград

Салат "Адмиралтейский"

ПОНАДОБИТСЯ
- 5 яиц
- 3 моркови
- чуть меньше стакана грецких орехов
- 300 г российского сыра
- моченая брусника; майонез

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить, затем натереть на средней терке.

2. Морковь вымыть, отварить, охладить, очистить, затем также натереть на средней терке. Грецкие орехи мелко порубить.

3. Салат выкладывать слоями. Все слои, кроме последнего, промазывать майонезом по вкусу: яйца — морковь — орехи. Посыпать салат тертым сыром.

4. Сверху выложить на салат моченую бруснику.

Лариса Николаевна советует

- **Если нет моченой брусники, можно использовать зерна граната.**
- **Если в салат добавить еще один слой, например нарезанную соломкой ветчину или куриное филе, салат будет намного сытнее.**
- **Заправлять салат можно майонезом, смешанным со сметаной в равных пропорциях.**

КОНКУРС!



Готовишь много лет? Пора передавать опыт! Присылай нам свои рецепты вместе с фото. Посмотри и обязательно заполни купон на с. 66. За публикацию ты получишь приз — 500 р.



Ольга Васильевна Иванова, г. Москва. Вкусно, полезно и недорого. Попробуйте!

Салат "Свежий"

ПОНАДОБИТСЯ
- 1 яблоко
- 5 стеблей сельдерея
- 150 г майонеза

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Стебли сельдерея хорошо вымыть, обсушить и нарезать маленькими кусочками.

2. Яблоко также вымыть и обсушить, удалить семенную коробку. Мякоть нарезать небольшими кусочками или соломкой.

3. Стебли сельдерея, кусочки яблока соединить и хорошо перемешать. Салат заправить майонезом по вкусу и еще раз хорошо перемешать. Салат убрать в холодильник на 2 ч, чтобы он пропитался. Салат готов, можно подавать на стол.

Ирина Жукова советует

- **Для этого салата нужно брать твердое зеленое кисло-сладкое яблоко.**
- **Если заправить сметаной, вкус будет нежнее. Советую добавить в салат зелень сельдерея.**

"Бабушкины оладьи"

Елена Шубочкина, г. Москва. **На бабушкины кабачковые оладьи даже друзья внука сбегаются.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 средний кабачок; 5 ст. л. муки; 1 яйцо; 0,5 ч. л. соли; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Кабачок очистить от кожуры и семян, мякоть прокрутить через мясорубку, немного отжать. В кабачковую массу добавить муку, яйцо, соль и хорошо перемешать.

2. Массу выкладывать столовой ложкой на разогретую с растительным маслом сковороду, обжарить с двух сторон до готовности.

Пирожки для зятя

Галина Викторовна Пушкарева, г. Электросталь. **Мой зять очень любит пирожки, и я иногда его балую.**



ПОНАДОБИТСЯ
- 1 кг муки; 1 стакан сметаны; 1 стакан кефира; 2 яйца; 2 ст. л. растительного масла; 0,5 ч. л. соды; 1 ч. л. сахара; 0,5 ч. л. соли; растительное масло для жарки
- **Для начинки:** 600 г свиного фарша; 2 луковицы; соль, специи по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Муку, сметану, кефир, яйца, растительное масло, соду, сахар, соль соединить, перемешать и оставить на 20 мин.

2. Сделать начинку. В фарш добавить нарезанный лук, соль, специи, немного воды и перемешать.

3. Тесто разделить на порции. Руки смазать растительным маслом. Каждую порцию теста раскатать, выложить начинку, сформовать пирожки.

4. Жарить пирожки на растительном масле до золотистого цвета.



Лесное чудо

"Я обожаю ежиков".

Инна Меркулова, г. Воронеж

Торт "Ежик"

ПОНАДОБИТСЯ

- 4 яйца; 2 ст. л. меда; 1 стак. сахара; 100 г растопл. сливоч. масла; 3 стакана муки; 2 ч. л. гашеной соды; 2 ст. л. какао; рубленые грецкие орехи; очищенные семечки; драже
- **Для крема:** 0,5 л сметаны; 1 стакан сахара; 100 г сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца, мед сахар соединить и взбить миксером. Сливочное масло, муку, соду соединить и хорошо перемешать. Соединить обе массы и перемешать. Тесто раскатать в пласт толщиной 2 см. Выпекать корж в духовке при 180 °С в течение 20 мин.

2. Сделать крем. Сметану, сахар, масло соединить и растереть.

3. Корж охладить и натереть на крупной терке. Смешать с кремом и мелко рублеными грецкими орехами.

4. Из массы вылепить туловище ежика. Обкатать его со всех сторон в какао.

5. Иголки ежика сделать из очищенных семечек. Носик и глазки — из драже. Вкусный ежик готов.

Прянички

Марина Библиева, г. Москва



ПОНАДОБИТСЯ

- 300 г меда; 1 стакан сахарной пудры; 3 стакана муки; 3 яйца; цедра 1 лимона; по 3 г корицы, аниса, мускатного ореха, имбиря, кардамона; 1 ч. л. соды; 1 яйцо для смазывания
- **Для глазури:** 4 ст. л. сахара; 100 мл воды; ванильный сахар (сварить)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Мед соединить с теплой водой, пряностями, перемешать, добавить муку, соду, яйца, замесить тесто. Оставить на 5 ч. Раскатать в пласт толщиной 8 мм. Вырезать фигурки. На противень положить бумагу, разложить фигурки.

2. Выпекать до готовности в духовке при 180 °С. Смазать яйцом.

3. Когда пряники остынут, полить глазурью и просушить в духовке в течение 1 мин.

Пишите нам!

Умеешь украшать блюда? Тогда присылай письмо с фото и купон со с. 66. За публикацию приз от редакции — 500 руб.



Ждем гостей

Моя шестилетняя дочь Аня помогает мне на кухне. Она любит готовить салаты, десерты, помогает чистить яйца и резать овощи. Эти бутерброды мы приготовили с ней недавно на день рождения.

Ольга Малахова, г. Туапсе

Праздничные бутерброды

ПОНАДОБИТСЯ

● 1 батон; 1 банка шпрот; 2 помидора; петрушка; 2 зубчика чеснока; майонез; растительное масло для жарки

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Батон нарезать кусочками и обжарить на растительном масле с двух сторон до золотистой корочки.

2. Кусочки хлеба охладить, затем со всех сторон натереть зубчиком чеснока.

3. Одну из сторон кусочка хлеба промазать майонезом.

4. Помидоры вымыть и нарезать тонкими кружочками.

5. На кусочек хлеба положить кружочек помидора и рыбку. Украсить веточками петрушки.

Ольга советует

● **Эти бутерброды можно поставить на стол на большом блюде, а можно положить каждому гостю на тарелку. Вместо помидоров можно положить огурец.**

● **Хлеб для бутербродов лучше использовать вчерашний. Свежий батон будет крошиться.**

● **Хлеб можно обжаривать и на сливочном масле, только следите, чтобы кусочки хлеба не подгорели.**

КОНКУРС!



Какие блюда появляются на твоем столе в октябре? Пришли нам рецепты вместе с фото. Посмотри и заполни купон на с. 66. За публикацию получишь от нас приз 500 руб.



Полина Кирионенко, г. Красногорск. **Люблю готовить вкусненькое для родителей.**

Сырники с ягодным соусом

ПОНАДОБИТСЯ

● 250 г творога; 1 яйцо; 2 ст. л. сахара; 0,5 стакана изюма; щепотка ванильного сахара; 3 ст. л. муки; растительное масло для жарки; 2 банана; 4 ст. л. варенья; горсть свежих ягод

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Творог, яйцо, сахар, муку соединить и тщательно перемешать до однородной массы, добавить ванильный сахар, замоченный и просушенный изюм и еще раз хорошо перемешать. Из полученной массы сформовать сырнички и обвалять их в муке.

2. Обжарить на раскаленной сковороде с растительным маслом до золотистого цвета.

3. Приготовить соус. В блендере смешать до однородной массы бананы и ягодное варенье (или любые свежие ягоды).

4. Выложить готовые сырники на тарелку, полить бананово-ягодным соусом и подать на стол.

Шоколадная колбаска



Ксения Савина, г. Асбест. **Меня мама научила готовить шоколадную колбаску.**

ПОНАДОБИТСЯ

● 400 г печенья; 100 г сливочного масла; 0,5 банки сгущенки; 100 г арахиса; 5 ст. л. какао

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Размягченное сливочное масло, сгущенное молоко, какао, размельченные орехи соединить и перемешать. В эту массу раскрошить печенье, оставляя крупные кусочки.

2. Снова все перемешать, выложить на пленку или бумагу для выпечки, придать форму колбаски, убрать в морозилку на 30 мин.

Шоколадное печенье

Виктория Герасимова, г. Тюмень. **Мне 14 лет. Вот один из моих рецептов.**



ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 2 яйца; 1 стакан сахара; щепотка соли; ванильный сахар; 150 г сливочного масла; 200 г горького шоколада; 0,5 стакана муки

● **Для крема:** 100 г сгущенки; 100 г сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Шоколад, масло растопить на бане, снять с огня, добавить ванильный сахар. По одному, взбивая, вбить яйца. Муку смешать с солью и сахаром, всыпать в шоколадную массу, аккуратно перемешивая. Тесто вылить на противень. Выпекать 30 мин в духовке при 180 °С.

2. Сделать крем. Размягченное сливочное масло взбить со сгущенкой.

3. Корж разрезать на одинаковые кусочки (треугольники, квадратики). Кусочки промазать кремом и соединить. Верх украсить по желанию.



Удивите родных!

Мы с моей внучкой Сонечкой очень любим радовать близких вкусной выпечкой. Этот торт, состоящий из трех разных коржей, наша семья любит больше всего. Тесто на каждый корж замешивается отдельно.

Алла Генелис, г. Москва

Торт "Праздничный"

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста на 1 корж:** 1 яйцо; 0,5 стакана сахара; 0,5 стакана сметаны; 1 ч. л. крахмала; 0,5 ч. л. гашеной соды; 0,5 стакана муки
- **Для наполнения:** 0,5 стакана рубленых грецких орехов; 0,5 стакана сухого мака; 2 ст. л. какао
- **Для крема:** 0,5 л жирных сливок; сахар по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто отдельно на три коржа. В одну часть добавить орехи, в другую — мак, в третью — какао. Тесто вылить в смазанные маслом формы. Выпекать 15–20 мин в нагретой до 180 °С духовке.

2. Сделать крем. Сливки и сахар взбить миксером на большой скорости до загустения.

3. Коржи промазать кремом и соединить. Верх и бока торта также промазать кремом. Украсить по желанию.

Алла советует

- **Бока торта можно смазать кремом, а затем посыпать смесью из толченых вафель, печенья и орехов.**
- **Сверху торт рекомендую украсить нарезанными свежими фруктами (киви, персиками), а затем залить прозрачным желе для торта.**

КОНКУРС!



Предпочитаешь домашнюю выпечку покупной? Тогда присылай свои рецепты нам вместе с фото и заполненным купоном со с. 66. За публикацию получишь приз — 500 руб.



Галина Дубцова, г. Асбест. **Я много лет работаю воспитателем в детском саду.**

Пирожки к чаю

ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста:** 200 г творога; 4 ст. л. сахара; 2 ч. л. разрыхл.; 1 яйцо; 250 г муки; 6 ст. л. раст. масла
- **Для начинки:** 200 г творога; 2 желтка; 3 ст. л. сахара; 1 пакетик ванильного сахара; банка консервированных абрикосов

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Творог, сахар, разрыхлитель, яйцо, муку, растительное масло соединить, хорошо перемешать и оставить на 10 мин. Сделать начинку. Все, кроме абрикосов, хорошо перемешать.

2. Тесто раскатать в круг, сложить пополам, вновь раскатать. Повторить 3 раза.

3. Раскатать прямоугольником, разрезать на 8 квадратов. Выложить начинку. Сверху положить абрикос. Углы у квадратов загнуть.

4. Пирожки выложить на смазанный растительным маслом противень. Запекать в нагретой до 200 °С духовке 20 мин.

Шоколадное лакомство

Анна Гунина, Татарстан. **"На фото я и мой сынок Даниил".**



ПОНАДОБИТСЯ

- 3 стакана сахарного песка; 3 ст. л. какао; 6,5 ст. л. муки; 1 пакетик ванильного сахара; 1 л молока; 3 ст. л. сливочного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Сахар, муку, какао, ванильный сахар соединить и перемешать. Влить молоко, хорошо размешать, поставить на плиту. Варить на медленном огне до загустения массы.

2. Снять с плиты, добавить в массу предварительно размягченное сливочное масло и все хорошо перемешать до однородности.

Бисквитный торт с кремом

Марина Холина, г. Балтийск



ПОНАДОБИТСЯ

- **Для теста:** 130 г сливочного масла; 1 стакан сахара; 3 яйца; 1 стакан муки; 1 ч. л. гашеной соды; растительное масло для выпекания
- **Для крема:** 250 г сливочного масла; 1 банка вареной сгущенки
- **Для глазури:** 3 ст. л. какао; 50 г. сливочного масла; 2–3 ст. л. сахара, 2 ст. л. воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Замесить тесто. Масло растопить, добавить сахар, размешать. По одному вбить яйца, взбить. Всыпать соду и муку. Замесить тесто и разделить на 3 части. Выложить в формы. Выпекать 8 мин в духовке при 180 °С. Охладить.

2. Сделать крем. Взбить сгущенку с маслом. Убрать в холодильник.

3. Сделать глазурь. Все перемешать в кастрюле, довести до кипения. Немного остудить. Коржи промазать кремом и соединить. Верх залить глазурью. Поставить торт в холодильник до застывания крема и глазури.



Вкусный кекс с бананом

Лариса Одажиева, г. Череповец. **В июне у моей мамочки Гарифуллиной Альмиры Гарифовны был юбилей — 75 лет. Очень многому я научилась у мамы, за что ей очень благодарна.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 3 банана; 2 яйца; 1 стакан сахара; 1,5 стакана муки; 10 г разрыхлителя; 100 г сливочного масла; 1 пакетик ванильного сахара; сахарная пудра для посыпки; растительное масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Бананы измельчить в блендере. Добавить яйца, сахар и растопленное масло. Все взбить.

2. Добавить муку, предварительно смешанную с ванильным сахаром и разрыхлителем, замесить тесто.

3. Форму смазать растительным маслом, вылить в нее тесто и выпекать в духовке при 180°С примерно 45–50 мин.

4. Готовый кекс достать из формы, охладить и посыпать сахарной пудрой.

Марина Федорова, г. Ессентуки

Кексы "Графиня вишенка"

ПОНАДОБИТСЯ

● 2 стак. муки; 3 яйца; 180 г слив. масла; 1,5 стак. сахара; 250 г творога; цедра лимона; 2 ч. л. разрых.; 100 г вишни; ванильный сахар

● **Для глазури:** 200 г сахарной пудры; сок 1 лимона; пищевой краситель (закипятить)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Желтки отделить от белков. Масло взбить с сахаром, добавляя желтки и ванильный сахар. Творог протереть и соединить с взбитой массой. Добавить цедру лимона. Муку просеять вместе с разрыхлителем. Белки взбить. Всыпать муку и вымесить тесто. В два приема добавить белки. Затем ввести вишню, разрезанную пополам.

2. Формочки заполнить на три четверти тестом. Выпекать 30 мин. Когда остынут, украсить глазурью.

"Печенье для Никитки"

Наталья Антюхина, г. Екатеринбург. **Мой сын Никита с нетерпением ждет, когда его напечатают в вашем журнале. Желаю всем приятного чаепития.**



ПОНАДОБИТСЯ

● 3 яйца; 1 стакан сахара; 200 г слив. масла; 0,5 ч. л. соды; 3 стакана муки; сахар для обсыпки; арстительное масло для выпекания

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца и сахар растереть добела, добавить размягченное сливочное масло, соду и муку. Замесить тесто, раскатать, вырезать печенье. Выложить на смазанный растительным маслом противень, каждое печенье посыпать сахаром.

2. Выпекать в течение 20 мин в предварительно нагретой до 180°С духовке.





Время приготовления: 1 ч
Количество порций: 6

Надежда Мызгаева, с. Бакалы, Башкортостан. **Посылаю рецепт очень вкусного теста для сладких пирогов.**

Пирог с яблоками и клюквой

ПОНАДОБИТСЯ

● **Для теста:** 2 яйца; 1 стак. сметаны; 3 стакана муки; 2 ст. л. сливочного масла; 1 ч. л. соли; 1 ст. л. сахара

● **Для начинки:** 0,5 кг клюквы; 2 яблока; 100 г сахарной пудры; ванильный сахар; корица по вкусу; 1 яйцо для смазки; листочки мяты

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Яйца соединить со сметаной, перемешать. Сливочное масло растопить на водяной бане, добавить в яичную смесь. Туда же всыпать муку, сахар, соль, все перемешать.

2. Вымешивать тесто до тех пор, пока не будет отставать от рук. Накрыть полотенцем, дать постоять 15 мин.

3. Раскатать тесто в тонкий пласт на присыпанной мукой доске. Круглую форму для пирогов смазать растопленным сливочным маслом. Выложить тесто в форму, распределить по бортикам.

4. Ягоды клюквы вымыть, обсушить на бумажном полотенце. У яблок удалить сердцевину и семена, нарезать на ломтики.

5. Распределить ломтики яблок на тесте по кругу, в центр пирога выложить клюкву, сверху посыпать ванильным сахаром и корицей. Края теста загнуть. Выпекать пирог в предварительно нагретой до 180 °С духовке в течение 30–35 мин.

6. Готовый пирог вынуть из духовки, дать немного остыть, переложить на блюдо. Посыпать сахарной пудрой, украсить листочками мяты. Нарезать на порции и подавать.

Ирина Жукова советует

● **Чтобы нарезанные яблоки не потемнели, их нужно сбрызнуть лимонным соком.**

● **Пирог будет вкуснее, если тесто смазать клюквенным, апельсиновым или абрикосовым джемом, а потом уже выложить начинку из яблок и клюквы.**

Фото: В. Билунова.

Кофе и торт

Мой муж любит кофе. Надеюсь, читателям пригодятся советы от моего супруга. Я же предлагаю советы для выпечки.

- Молотый кофе нужно хранить в стеклянной или эмалированной посуде, если хранить в металлической — аромат кофе теряется, а вкусовые качества ухудшаются.
- Кофе становится ароматнее, если молоть его через три дня после жарки зерен. Перед варкой нужно добавить в кофе несколько крупинок соли. Это усилит аромат.
- Торт при выпекании будет подниматься равномерно, если воткнуть в него трубочки макарон.
- Бисквитный торт намного дольше останется свежим, если хранить его вместе с половинкой яблока.

Валерия Гимельфарб, г. Орск

Сыр, рис, картофель

Сыр дольше останется свежим, если хранить его в посуде, куда нужно положить один кусочек сахара.

- Терку, на которой вы собираетесь тереть сыр, нужно слегка смазать растительным маслом. Сыр не будет склеиваться, а терка легче отмоется.
- Рис будет белым и не разварится, если во время варки добавить в воду несколько капель лимонного сока.
- Картофель не разварится, если при варке добавить в воду 2 ст. л. капустного рассола.

Екатерина Мельникова, г. Саратов

Всегда свежая зелень

Листья салата вновь станут свежими, если подержать их 15 мин в теплой воде. Увядшая зелень вновь станет свежей, если положить ее на 1 ч в холодную воду, в которую надо добавить уксус (1 ч. л. на 0,5 л воды).

- Листья салата дольше сохранятся свежими, если их вымыть холодной водой так, чтобы песок и земля смылись вниз к корням. Затем салат нужно поставить в воду, а перед употреблением снова хорошо промыть.
- Укроп и петрушка останутся свежими в самые жаркие дни, если хранить их в плотно закрытой сухой кастрюле, зелень также должна быть сухой. Если петрушку вымыть не в холодной, а в теплой воде, она станет намного ароматнее.

Ольга Подкатилова, г. Омск

Советы про картошку

Все мы любим картошку. Как же она вкусна! С удовольствием делюсь с читательницами моего любимого журнала советами по приготовлению картофеля.

- Молодой картофель не рекомендуется жарить, так как он не подрумянивается и становится жестким. Лучше его использовать отварным.
- Картофель, предназначенный для жарения во фритюре, следует вымыть и тщательно обсушить, так как вода понижает температуру жира и к тому же вызывает сильное вспенивание, что небезопасно.
- Чтобы устранить неприятный вкус подмороженного картофеля, его следует предварительно подержать в холодной воде, а затем опустить в кипяток, добавив чайную ложку уксуса.
- При варке рассыпчатых сортов картофеля рекомендуется сразу после закипания часть воды слить и доводить картофель до готовности в небольшом ее количестве.

Наталья Лукьянова, г. Новосибирск

Пишите нам!

Присылай к нам в редакцию свои кулинарные секреты! За публикацию на страницах нашего журнала получишь приз — 300 руб. Смотри купон на с. 66.

Где моя большая ложка?

В нашей семье все с аппетитом и большим удовольствием едят разные каши. Но даже нам они иногда надоедают. Вот мы и придумали — варить смешанные каши. И сразу поняли, что это очень выгодно, вкусно и полезно. Судите сами: во-первых, смешав две или три разные крупы, вы получаете совершенно новый вкус! Во-вторых, это очень удобно в случае, если у вас осталось несколько круп по чуть-чуть. Им найдется применение: все их в кастрюлю — и в шкафу теперь нет ничего лишнего! Кроме того, я заметила, что крупа, которая при обычной варке требует непрерывного помешивания — иначе быстро пригорит или возьмется комком, — будучи смешанной с другой крупой, становится куда менее капризной! Вы знаете, что даже диетологи рекомендуют есть именно смешанные каши, потому что они содержат большее количество разнообразных полезных веществ и витаминов. У нас в семье даже своеобразная интересная игра появилась: кто придумает лучший оригинальный вариант названия для новой каши. Так, у нас уже были "кукупшенная", "грячневая", "пшекултавская", "пшерисовая" и другие. Интересно, а какая каша будет у вас?

Вера Михайлова, г. Барнаул

Варим, парим, жарим

Если хотите, чтобы бульон получился золотистым, положите в него неочищенную луковицу или влейте отфильтрованный отвар двух луковиц.

- Вкус супа улучшится, если во время варки влить в бульон немного сока моркови, капусты или помидоров.
- Для придания аромата первым и вторым блюдам можно использовать ботву редиса. Когда варите свеклу, положите в кастрюлю корочку черного хлеба, она вберет в себя неприятный запах.

Любовь Чернова, г. Новосибирск

Ловушка для гурманов

В нашем городе открылось новое кафе, и мы с мамой решили сходить туда попробовать какое-нибудь необычное блюдо. Кухня кафе была настолько разнообразна, что, казалось, готова была удовлетворить любые желания даже самого изощренного гурмана. Блюда были оригинально оформлены, и не сразу можно было догадаться, из чего они сделаны. Мы выбрали салат "Сольферино", на горячее взяли равиоли и некий "Везувий". Все это нам влетело в копеечку, но мы надеялись, что не зря. Но распробовав каждое блюдо, мы с удивлением и огорчением поняли, что за "Сольферино" скрывается салат из обычных помидоров и огурцов, равиоли — аналог русских пельменей, к тому же без мяса, а "Везувий" — это картофельное пюре с подливой красного цвета (из пюре формуется "вулкан", а сверху поливается подлива — лава). Ушли мы из кафе, так и не пополнив нашу семейную копилку рецептов новеньким. Зато с тех пор очень часто подшучиваем друг над другом, спрашивая: "А не приготовить ли тебе "Сольферино"?" или "Не желаешь "Везувия"?" А в кафе всегда интересуемся составом любого блюда!



Анна Курзаева, г. Ульяновск

Третье лишнее

С детства я помогала маме на кухне. И уже к 10 годам несколько блюд могла приготовить самостоятельно. Как-то раз летом я отдыхала у родственников в деревне. Вместе со старшей сестрой мы решили порадовать взрослых и приготовить макароны с яйцами. Отварили макароны, обжарили. Сестра поручила мне добавить яйца. По неопытности я стала разбивать яйца прямо над сковородой. Разбила два и стала размышлять: добавлять ли третье? И тут я вспомнила поговорку "кашу маслом не испортишь" и разбила третье яйцо. Тут кухня наполнилась ужасающим запахом, а макароны сразу стали черными. Последнее яйцо оказалось испорченным. Пришлось нам варить макароны заново.

Ольга Филимонова, г. Ульяновск

Кто в доме хозяин?

Было это в ту волшебную пору, когда чувства захватывали меня через край. Я решила побаловать любимого варениками с грибами и картошечкой. Замесила тесто, приготовила наивкуснейшую начинку. Старательно лепила каждый вареник, вкладывая всю свою любовь. Готовые вареники я складывала на поднос. Оставалось только опустить их в кипящую воду и, выложив на блюдо, полить сметаной и посыпать укропчиком. До прихода любимого оставалось минут 15, и я решила навести блеск. Со мной все это время был любимец семьи — кот Персик. По всей вероятности, он заметил, что я "не в себе" от счастья, и понял меня по-своему. Как только в дверь постучали, он прыгнул прямо на поднос с варениками и выразительно потоптался по ним, кружась и мурлыча. От негодования я потеряла дар речи! Вот так угостила любимого! В этот день мы просто пили чай с тортом. И все последующие годы часть вспоминаем эту историю и от души смеемся всей семьей!

Тамара Макшанкина, г. Самара

Пишите нам!

Расскажи свою забавную историю. За публикацию приз — 500 руб.

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:



Салат "Турецкий"

Оксане Нестеровой очень нравится экспериментировать на кухне. В известные рецепты она добавляет что-то свое, и получается новое блюдо с изюминкой. Попробуйте этот салат с маринованными грибами и болгарским перцем.



Салат-торт "Праздничный"

Этот салат Инесса Склонная приготовила мужу на день рождения. А дочка Лия придумала необычное украшение.



Круассанчики с шоколадом

Хотите порадовать домашних вкусной выпечкой? Тогда испеките эти воздушные круассаны по рецепту Марины Федоровой из Ессентуков.

Мясная запеканка с баклажанами

Андрей Усов с женой часто готовят эту запеканку. Делается она просто, а на вкус — пальчики оближешь. Баклажаны, фарш, помидорчики — и все это под тертым сыром. Стоит попробовать!



Сентябрьский номер "Люблю готовить!" поступит в продажу 27 августа.

Наши победители (август)

Антюхина Н., г. Екатеринбург; **Артамонова А.**, г. Химки; **Банишевская Ю.**, г. Ростов-на-Дону; **Безбородых О.**, г. Алексеевка; **Белозерская Н.**, г. Астрахань; **Библиева М.**, г. Москва; **Брунчукова М.**, г. Ханты-Мансийск; **Бутикова Ю**, г. Хабаровск; **Геращенко В.**, г. Самара; **Габичева М.**, г. С.-Петербург; **Генелис А.**, г. Москва; **Герасимова В.**, г. Тюмень; **Гиммельфарб В.**, г. Орск; **Горбунова Л.**, г. Волгоград; **Гунина А.**, Татарстан; **Дзюба Т.**, г. Краснодар; **Дерягина Е.**, г. Ивантеевка; **Димитраки Е.**, г. Анапа; **Дубцова Г.**, г. Асбест; **Дыгодюк М.**, г. Москва; **Зарипова Н.**, г. Владимир; **Иванова Е.**, г. Тула; **Иванова О.**, г. Уфа; **Казарина Н.**, г. Арзамас; **Карпова Ю.**, г. Кашира; **Каменский А.**, г. С.-Петербург; **Кирионенко О.**, г. Красногорск; **Кирионенко П.**, г. Красногорск; **Колач Д.**, г. Ставрополь; **Кравченко Ю.**, г. Абакан; **Кривченкова Н.**, Краснодарский край; **Козлова О.**, г. Самара; **Кочетова Е.**, г. Волгоград; **Кружкова О.**, г. С.-Петербург; **Крысины Д. и А.**, г. Москва; **Кузькина Г.**, г. Красноармейск; **Курзаева А.**, г. Ульяновск; **Лапина О.**, г. Чистополь; **Логвинова Е.**, г. Орел; **Лукьянова Н.**, г. Новосибирск; **Лыфарь С.**, г. Брест; **Макшанкина Т.**, г. Самара; **Малахова О.**, г. Туапсе; **Мальсакова Л.**, г. Ессентуки; **Мельникова Е.**, г. Саратов; **Мингулова А.**, г. Альметьевск; **Меркулова И.**, г. Воронеж; **Михайлова В.**, г. Барнаул; **Молчанова О.**, г. Новороссийск; **Мызгаева Н.**, Башкортостан; **Музыченко Т.**, г. Киев; **Нежванова И.**, г. Тверь; **Нежванова О.**, г. Тверь; **Некрасова Е.**, Саратовская обл.; **Новикова Я.**, г. Уфа; **Одажиева Л.**, г.Череповец; **Петрова Л.**, г. Калининград; **Петрова Ю.**, г. Самара; **Подкатилова О.**, г. Омск; **Полюндра О.**, г. Краснодар; **Попова С.**, г. Москва; **Пушкарева Г.**, г. Электросталь; **Розенко А.**, г. Саратов; **Рощина Е.**, г. Саратов; **Савина К.**, г. Асбест; **Савченко И.**, г. Воронеж; **Сохацкая Е.**, г. Уфа; **Толстых Н.**, г. Бийск; **Федорова М.**, г. Ессентуки; **Филатова И.**, г. Оренбург; **Филимонова О.**, г. Ульяновск; **Холина М.**, г. Балтийск; **Шаперина Ю.**, г. Москва; **Шмыкова Е.**, г. Челябинск; **Шиканова Е.**, г. Н. Новгород; **Шубочкина Е.**, г. Москва; **Челядинова И.**, Московская обл.

ДО ВСТРЕЧИ!

Все блюда этого номера:

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ №8/2009

ЛЮБЛЮ ГОТОВИТЬ!

Газета выходит ежемесячно
Главный редактор: **Елена Фалатова**
Издательский директор: **Инна Корниенко**
Руководитель объекта: **Анна фон Миллер**
Адрес редакции: Россия, 127018, Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4
Телефон: (495) 787-94-34
Для писем: 127521, Москва, а/я 60, gotovte@burda.ru
Учреждено и издается
ЗАО "Бурда Интерактив"
Адрес издателя: Россия, 127018, Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4
www.burda.ru
Директор по рекламе:
Виктория Тропинская, tropinskaya@burda.ru
Тел.: (495) 787-33-66
Отдел рекламы: тел.: (495) 787-33-66, факс: (495) 797-98-55
Менеджер по рекламе:
Наталья Авраменко, n.avramenko@burda.ru
Отдел распространения:
(495) 797-45-60, vertrieb@burda.ru
Подписка
Подписной индекс **18127** в каталогах "Пресса России" и "Роспечать".
Подписной индекс **60300** в каталоге "Почта России".
Телефон отдела подписки (495) 660-73-69;
E-mail: abo@burda.ru; http://burda.ru/subs

Газета зарегистрирована в Федеральной службе по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-33362 от 03.10.2008 г.

Типография ООО "Полстар", г. Москва, Волоколамское шоссе, д. 4 ГУК МАИ сектор Б, тел.: 785-57-33
Время передачи в печать: 16.06.2009
Дата выхода в свет: 02.07.2009
Тираж: 1.500.000
Цена свободная

Распространение в других странах:
Беларусь:
Распространители:
ИЧУП "РЭМ-Инфо", Минск. тел: (017) 297-92-75, 297-92-74, 297-92-69
ООО "Росчерк", Минск. тел. (017) 299-92-60, -61, -62
Подписной индекс 18127 в каталоге "Белпочта"
Германия:
DMR Rusexpress GmbH, Atriumstr. 4, 04315 Leipzig
Internet: www.pressa.de; www.mini-abo.eu
Телефон: +49 (0) 341 68706-0. Факс: +49 (0) 341 68706-10
Казахстан:
Распространитель: ТОО "КГП "Бурда Алатау-Пресс"
Адрес распространителя: Республика Казахстан, 050004, г. Алматы, ул. Желтоксан, 37 оф. 2
Отдел распространения: (727) 279 95 78, 279 44 51, 279 44 34 Отдел рекламы: (727) 279 23 21, 279 15 12
Филиал: 010000, г. Астана, ул. Кривогуза, 2/1. Телефон: (7172) 38 03 68
Подписной индекс 60300 в каталоге "Казпочта"

Hubert Burda Media

ФСП-1 ЛГ-08

АБОНЕМЕНТ на ~~газету~~ журнал ____ (индекс издания)

Люблю готовить! Количество комплектов

на 2009 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда ____ (почтовый индекс) ____ (адрес)

Кому ____ (фамилия, инициалы)

ПВ	место	литер

ДОСТАВОЧНАЯ КАРТОЧКА на ~~газету~~ журнал ____ (индекс издания)

Люблю готовить!

Стоимость	подписки	___ руб. ___ коп.	Количество комплектов
	переадресовки	___ руб. ___ коп.	

на 2009 год по месяцам:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Куда ____ (почтовый индекс) ____ (адрес)

Кому ____ (фамилия, инициалы)

ЛГ-08

Оплата подписки означает согласие на получение рекламы посредством электронной связи и почты

КОНКУРСНЫЙ КУПОН

Для участия в конкурсе заполни этот купон, приложи к нему рецепт со снимком блюда и свою фотографию (с обратной стороны обязательно напиши, кто на ней изображен) и вышли в редакцию по адресу: 127521, г. Москва, а/я 60, "Люблю готовить!". Или пришли рецепты, фото и данные, указанные в купоне, по электронному адресу: gotovte@burda.ru. Если найдешь свой рецепт в одном из номеров "Люблю готовить!", получишь приз от редакции — 500 рублей почтовым переводом (для граждан Российской Федерации).

Убедительная просьба заполнять купон печатными буквами и не присылать фотографии, сделанные с помощью мобильного телефона

Укажи рубрику	Впиши название рецепта
1	
2	
3	
4	
5	

Фамилия Имя Отчество

Дата рождения (число, месяц, год) Серия и номер паспорта

Кем и когда выдан паспорт (число, месяц, год)

Контактный телефон (с кодом города)

Индекс Область

Населенный пункт Улица

№ дома № корпуса № квартиры

8/2009

"Я даю согласие ЗАО " Бурда Интерактив" (ОГРН 1037714021091) на обработку моих персональных данных любым способом, в том числе на сбор, хранение, а также передачу третьим лицам для рассылки рекламных материалов. Согласие дано на неопределенный срок и может быть отозвано в письменной форме. Я также даю согласие на получение рекламных материалов по сетям электронной связи и по почте".